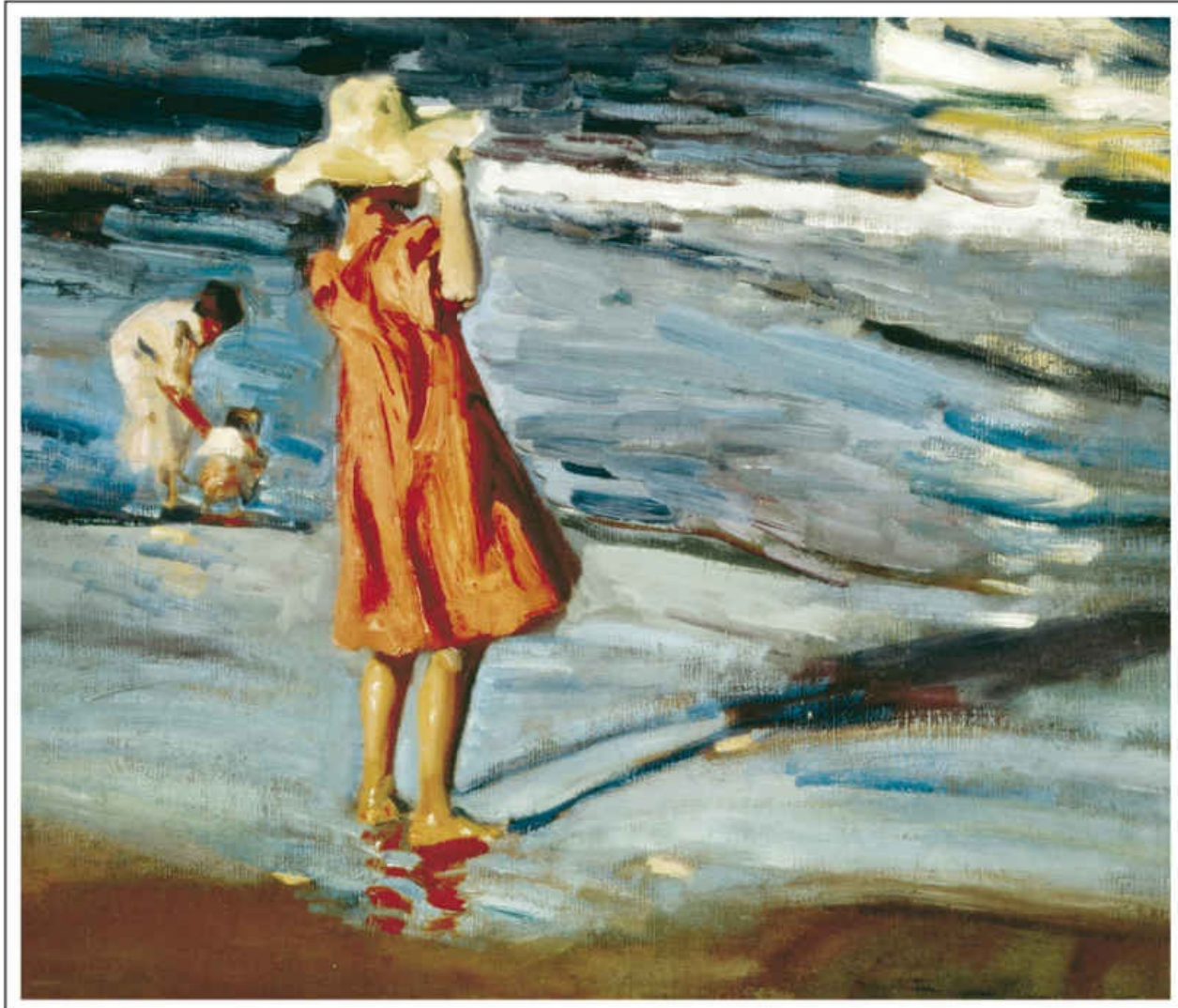


ANTONIO FUENTES

*El placer
de ser libre*

Temple y dominio



PATMOS
LIBROS DE ESPIRITUALIDAD

ANTONIO FUENTES MENDIOLA

EL PLACER
DE SER LIBRE

Temple y dominio

EDICIONES RIALP, S.A.
MADRID

© 2013 *by* ANTONIO FUENTES MENDIOLA
© 2013 *by* EDICIONES RIALP, S.A.,
Alcalá, 290, 28027 Madrid.
(www.rialp.com)

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático, ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *Copyright*. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita reproducir, fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Preimpresión: produccioneditorial.com

ISBN: 978-84-321-4334-2

ÍNDICE

PORTADA

PORTADA INTERIOR

CRÉDITOS

PRÓLOGO

PRIMERA PARTE

I. DESEOS DE DISFRUTAR

1. NACIDOS PARA SER FELICES
2. BONDAD DE LOS BIENES CREADOS
3. ATENCIÓN A LAS FALSAS DOCTRINAS
4. DISFRUTAR DE LO QUE SE TIENE

II. EN BUSCA DEL PLACER

1. ¿MIEDO AL PLACER?
2. EL PLACER ES UN MEDIO, NO UN FIN
3. LIBRES, NO ESCLAVOS
4. EL INFLUJO DE LAS PASIONES

III. CON EL RUMBO PERDIDO

1. EL «PORQUE ME APETECE»
2. SE GASTA POR CAPRICHOS
3. EL PELIGRO DE LA AVARICIA

SEGUNDA PARTE

IV. GRANDEZA DE LA TEMPLANZA

1. SIGNIFICADO DE ESTA VIRTUD
2. UNA VIRTUD QUE ENRIQUECE
3. ¿SE OPONEN PLACER Y TEMPLANZA?
4. FRUTOS DE LA TEMPLANZA
5. CONTENTARSE CON LO QUE BASTA

V. NADAR A CONTRACORRIENTE

1. PARÁBOLA DE LAS DOS SENDAS
2. APRENDER A DOMINARSE
3. PROPONERSE METAS CONCRETAS
4. SIN MIEDO AL DOLOR

VI. LIBRES DE ATADURAS

1. APRENDER DEL MAESTRO
2. DESPRENDIMIENTO REAL
3. NO CREARSE NECESIDADES
4. CULTIVAR LA SOBRIEDAD
5. COMENZAR POR EL PROPIO HOGAR
6. CONFIAR EN DIOS

PRÓLOGO

Cada libro tiene su historia, y este como es natural también tiene la suya. Importa conocerla para entender por qué me decidí a escribirlo. Hacía tiempo que venía dándole vueltas a la posibilidad de escribir algo sobre la virtud de la templanza. Sobre cómo ser verdaderamente libre y poder disfrutar de todo sin temores ni complejos. Pero, aunque sabía lo que quería, no sabía cómo enfocar el tema. Hay mucho escrito sobre él, aunque quizá de modo algo abstracto y académico. Yo buscaba dar con un lenguaje más directo y comprensible, enraizado en la vida misma. Me vino la idea con motivo de unas conversaciones que mantuve con unos amigos en dos escenarios distintos.

El protagonista del primero de ellos es un padre de familia numerosa. Me contó cómo a duras penas lograba llegar a fin de mes. Tenía que hacer auténticas filigranas. Entre matrículas y libros para los hijos se le iba buena parte del sueldo. En esta situación no se podía permitir ningún tipo de caprichos. Se puede afirmar que la suya era una auténtica economía de guerra. El día que nos vimos se quejaba de que sus hijos se mantuvieran en una longitud de onda muy distinta a la suya. Vivían a su aire, no eran conscientes del sacrificio que hacían sus padres para sacarles adelante. Influidos tal vez por sus amigos se habían vuelto comodones, caprichosos y un tanto contestatarios. No le daban valor al dinero, no se percataban del esfuerzo que se ha de hacer por conseguirlo.

«¿Qué hago con ellos, cómo hacerles entrar en razones?», me preguntaba. Y añadía: «Si les preguntas por qué se gastan el dinero a lo loco, te contestan con un “soy libre para hacer lo que quiero”. Y si además te atreves a preguntarles por qué compran esto o lo otro, te responden con un “porque me apetece”. No hay quien los saque de ahí». Todo esto lo decía apenado y triste. No exageraba. Pude comprobarlo días después cuando hablé con otros padres. Sus historias parecían clonadas. También a ellos les preocupaba la actitud respondona e irresponsable de sus hijos; tampoco ellos sabían qué camino tomar.

El segundo de estos escenarios se sitúa en la sede de un club juvenil. Entre las actividades programadas para ese curso habían incluido una para enseñar a los chicos el significado de palabras raras o de uso poco frecuente. Le habían dado a esta actividad un aire competitivo. El monitor se encargaba de estimular a los chicos para que respondieran en el menor tiempo posible. Un día, entre las palabras seleccionadas, salió la *templanza*. Al oírla, todos guardaron silencio. No sabían qué responder. Uno de ellos, más espabilado, se lanzó y dijo: «Pues yo creo que templanza es lo que no es ni frío ni caliente». Todos se rieron, les había hecho gracia la «sabia» respuesta del chico. No así al monitor, que con paciencia aprovechó para explicarles de qué iba eso de la templanza.

Comenzó diciéndoles que lo que no es ni frío ni caliente no puede ser más que «tibio». Y la templanza, como toda virtud, es algo positivo. Significa excelencia, dominio de sí, señorío; en cambio, la tibieza indica mediocridad, medianía, medias tintas. La templanza hace referencia a lo perfecto, mientras que la tibieza a lo inacabado, a lo imperfecto.

Al ver la atención con que le escuchaban, el monitor se animó y les explicó brevemente lo que Jesús dijo al final del Sermón de la Montaña: «Sed perfectos como vuestro Padre celestial es perfecto». Como veis, les dijo, no pedía mediocridad, sino perfección. La perfección a la que conduce la templanza, que permite al hombre ser dueño de sí mismo, dominar sus pasiones.

A los chicos les gustó la explicación. Cuando más tarde se lo contaron a sus padres, también a ellos les encantó. Sin embargo, como la mayoría de la gente, desconocían el verdadero significado de la templanza; pensaban que se trataba de renunciar a gustos y placeres, por lo que desde siempre habían tildado esta virtud de ser un aguafiestas. Con la ayuda del monitor lograron sacarles de su error. Y quedaron muy agradecidos al comprender la excelencia de esta virtud y el gran bien que podía hacerles.

Tras esta conversación entendí lo importante que es dar a conocer el sentido de esta virtud, para que cultivándola podamos sentirnos libres del tirón de las pasiones. Se puede llegar al autodomínio personal, con lo que se puede templar y mandar como hacen los buenos toreros. Porque hoy, más que en épocas pasadas, necesitamos aprender a torear, para no dejarnos empitonar por el toro bravucón del consumismo, que lleva a muchos a despilfarrar sin orden ni concierto. La mesura y el equilibrio vienen de la mano de la sobriedad y la templanza. Gracias a ellas se puede disfrutar de todo, ser feliz, con una gran libertad de espíritu.

Para el cristiano, el modelo no es otro que Jesucristo. Desde la cuna de Belén al despojo del Calvario, quiso darnos ejemplo de sobriedad y templanza, de magnanimidad y señorío. Si nos animamos a imitarle seremos felices, verdaderamente libres y no esclavos, convirtiéndonos en instrumentos de esperanza para los que sufren, de fortaleza para los débiles y de amor para los que puedan sentirse marginados. En la medida que logremos ser dueños de nosotros mismos, podremos dar un *no* rotundo a los reclamos de la carne, al desorden de la concupiscencia. Disfrutaremos de todo con libertad, sin ningún tipo de escrúpulo o complejo.

«Todo es vuestro, vosotros de Cristo y Cristo de Dios» (*1 Cor 3, 22-23*). Son estas palabras del Apóstol como una bocanada de aire fresco, de optimismo y esperanza. Nadie puede arrebatarnos lo que es nuestro, y menos esclavizarlo mediante un materialismo salvaje. En su deseo de marginar de la vida pública a los cristianos, algunos han tratado de apartarlos de los negocios temporales con la idea de que se dediquen tan solo a los del cielo; mientras ellos, entre tanto, se encargan de gestionar los de la tierra. Muy equivocados andan. Olvidan que el mundo y cuanto hay en él pertenece a los cristianos; todas las cosas —y el mismo hombre— han sido rescatadas por la sangre que Cristo derramó en la cruz. A los cristianos nos pertenece por tanto con pleno derecho ordenar y santificar las actividades todas de la tierra: el mundo de la industria y el comercio, de las artes y de la comunicación, de la investigación y de la ciencia, del

deporte y la diversión... Son todos ellos ámbitos en los que el cristiano ha de sentirse como en su propia casa, uno más entre sus conciudadanos.

De todo ello hablaremos en las páginas que siguen. Con mayor o menor extensión y acierto, pero siempre con el deseo de ayudar a jóvenes y mayores a ser verdaderamente libres, a ser felices cultivando la virtud de la templanza. He intentado salpicar la narración de ejemplos y anécdotas entresacados de la vida ordinaria, de situaciones concretas, con las que quizá el lector pueda sentirse identificado.

Dios quiera, y así se lo pido al Señor, que este libro sirva para tomar conciencia de la importancia que tiene vivir bien la virtud de la templanza, por cuanto nos permite ser dueños y señores de nosotros mismos y, siéndolos, ser felices y disfrutar de todo con libertad de espíritu. Pero no hemos de olvidar, y esto es importante, que para ser felices hemos de aprender a amar, con amor verdadero lejos de todo sentimentalismo. Ojalá al final se comprenda que el placer de ser libre, con temple y dominio, es uno de los más grandes dones al que se puede aspirar en la tierra.

A.F.M.

PRIMERA PARTE

I. DESEOS DE DISFRUTAR

1. NACIDOS PARA SER FELICES

Aunque a alguno pueda extrañarle, hemos nacido para ser felices, para disfrutar de todo cuanto el Señor en su infinita bondad nos ha dado. El dolor, la enfermedad y la misma muerte son miserias que no entraban en los planes de Dios. Su origen está en la rebelión y pecado del hombre. Pero de todo ello hemos sido salvados por la muerte de Cristo en la cruz. Somos pues verdaderamente libres, renacidos a una vida nueva. De ahí arranca ese deseo de felicidad que siempre nos acompaña, desde que nos levantamos hasta que nos acostamos. Cuando por las razones que sean se frustra ese deseo, caemos en la desolación y la tristeza, en la impaciencia y la desesperanza.

El deseo de ser feliz es muy bueno, puesto que nos sirve para amar cada día más a Dios y servir mejor al prójimo. Para ser felices, algunos están dispuestos a dar lo que les pidan. Luchan con todas sus fuerzas por alcanzar el mejor nivel de vida posible, por tener bienes que les libren de sorpresas, sueñan a todas horas con la felicidad que anhelan. Y parece lógico. ¿Quién podría sentirse feliz si le asfixiaran las deudas o no tuviera dinero para llegar a fin de mes? ¿Quién puede en su sano juicio rechazar la posibilidad de ser feliz?

El deseo de felicidad da alas a la esperanza, mantiene viva la ilusión, impele a la lucha contra los obstáculos que puedan impedirlo. De otra parte, no hay que olvidar que el deseo de ser feliz le es innato al hombre. Afecta por igual a ricos y pobres, a sanos y enfermos, a jóvenes y ancianos. No existe ni una sola persona que no desee ser feliz. Pero, aun tratándose de un deseo tan natural y noble como este, el camino para alcanzarlo está plagado de renunciaciones y sacrificios, de generosidad y entrega.

Queremos ser felices, y lo «curioso» es que también Dios lo quiere. Desde la Encarnación se lo manifiesta el ángel a María de parte de Dios. De ahí que la salude diciendo: «Exulta, alégrate, porque has sido colmada de la gracia de Dios, el Señor está contigo» (*Lc* 1, 28). Una alegría la que le anuncia como fruto de su alma humilde, que está dispuesta a responder con prontitud a la gracia divina. Humildes fueron María y José, y también los pastores de Belén. A estos últimos se dirige el ángel y les comunica: «No temáis, os traigo una buena noticia, una gran alegría que es para todo el pueblo; pues os ha nacido hoy un Salvador...» (*Lc* 2, 10-11).

La alegría que hace feliz a la persona procede de Dios, de su presencia entre los hombres. Juan el Bautista, aún no nacido, da saltos de alegría en el vientre de su madre justamente ante la cercanía del Salvador. En cambio, la tristeza que a veces nos invade es consecuencia de la lejanía de Dios, de haberlo perdido por nuestra culpa. El evangelista

aclara que la gente que seguía a Jesús estaba llena de alegría, y aun los mismos niños que se le acercaban. «Todos se alegraban viendo las maravillas que hacía» (Lc 13, 7). En las bienaventuranzas proclamadas por Jesús en el Sermón de la Montaña, tanto en la primera como en la segunda se llama dichosos, felices, a los pobres en el espíritu, a los humildes de corazón: ambos calificativos vienen a coincidir. Se trata de personas que, por encima de su situación personal, pusieron su confianza en el Señor. No se olvidan de lo que son, saben muy bien que todo cuanto poseen proviene de Dios: talento, salud, posesiones. Viven al día, sin «inquietarse» por el mañana. Saben que Dios, en su Providencia, vela por ellos. Por eso son felices, dichosos; se mueven con libertad de espíritu, sin miedo a nada ni a nadie.

Cuando se enfocan las cosas desde esta perspectiva, puede que nos preguntemos: pero, ¿por qué a pesar de querer Dios nuestra felicidad son tan pocas las personas que la alcanzan? ¿Qué fuerza o poder se lo impide? Las causas son diversas. Pero hay una importante que destaca por encima de las demás: el orgullo, la soberbia. El hombre se resiste a aceptarse como criatura, con prepotencia vive y actúa al margen o contra Dios, como si no existiera. ¿Puede extrañar entonces que sus deseos de felicidad no se cumplan? Para explicarlo, algunos recurren a una serie de condicionantes que pueden escapar del control de la voluntad. De ahí que no duden en echar la culpa de su mala suerte al azar o a un pasado que no tenía que haber existido.

Cegados por su soberbia y vanidad, se llenan de pesimismo y no pueden observar el futuro sino como algo impredecible e incierto, cargado de densos nubarrones. Su falta de fe los convierte en unos agoreros, amargados por cuanto se resisten a aceptar la realidad como es. Por eso reniegan del pasado y contemplan con desesperanza el futuro. Sin fe ni esperanza, su orgullo los vuelve petulantes, incapaces de convertir lo negativo en positivo, la incertidumbre en certeza, el pesimismo en esperanza.

Conviene recordar que la felicidad no se asienta en hechos del pasado ni depende de acontecimientos futuros. Para el creyente, lo que importa es el presente, sin condicionar la felicidad ni al pasado ni a las expectativas de futuro. Sería una ingenuidad pensarlo. Sin embargo, no faltan los que piensan que serán felices si se cumplen unas determinadas condiciones. Como, por ejemplo, las siguientes:

- Si logro un trabajo que me satisfaga
- Si asciendo y me aumentan el sueldo
- Si hay paz en mi familia
- Si logro que mis hijos me obedezcan
- Si recupero la salud perdida
- Si doy con un amigo que me comprenda

Los condicionantes de futuro se pueden multiplicar hasta el infinito. Aunque puedan parecer razonables, el condicionar la felicidad al logro de unas determinadas metas supone una equivocación considerable. Por mucho que nos empeñemos, el futuro siempre permanecerá incierto. Aunque se sabe, algunos prefieren ignorarlo y esperan el

milagro; si tarda, se quejarán y entonarán lamentaciones. Sus condicionamientos son la mayoría de las veces futuribles que no hacen historia, deseos e ilusiones que desaparecen por falta de sustento.

¿Qué se da en este modo de pensar? ¿Desidia, pereza o pasividad? Quizás de todo un poco. Pero algunos, en lugar de armarse de valor y afrontar la realidad como es, siguen esperándolo todo del futuro a la par que contemplan con añoranza el pasado, arrepentidos por lo que pudieron haber hecho y no hicieron. Para justificarse, se apoyan en excusas del siguiente tenor:

- Si hubiera estudiado con más interés
- Si hubiera elegido una carrera distinta
- Si me hubiera casado con otra mujer
- Si me hubiera ido al extranjero
- Si hubiera dedicado más atención a los hijos
- Si hubiera aprovechado mejor el tiempo

Excusas que poco o nada resuelven, y que más bien contribuyen a aumentar sus inquietudes y zozobras. Se ha de comenzar por aceptar el presente. Y eso significa dejar de mirar tanto al pasado como al futuro. En todo caso para sacar experiencias que ayuden a afrontar mejor el presente. Se le han de sacar más provecho a los talentos que se tienen, y no tirar la toalla en cuanto aparece el cansancio, la desilusión o el pesimismo; sin querer por otra parte atribuir a otros las desdichas y errores personales. Sería una falta de justicia, y además de realismo, por esperar que el tiempo resuelva lo que por pereza o desidia no se hizo. Condicionar la felicidad a verse libre de problemas, es una falacia, convertir la felicidad en un espejismo.

Ser feliz significa más, mucho más que tener trabajo, más que gozar de buena salud, más que poseer una gran fortuna... La felicidad no viene de fuera sino de dentro: se encuentra en el interior de la persona. De ahí que se haya escrito con gran lucidez: «Lo que se necesita para conseguir la felicidad, no es una vida cómoda, sino un corazón enamorado» (*Surco*, 795). En el propio corazón es donde se fragua el amor, en él se encuentra el mayor de los tesoros, aquel por el que vale la pena darlo todo. Los bienes materiales, con ser valiosos, siempre son limitados, efímeros; por mucho que deseemos retenerlos se nos escapan, desaparecen en un abrir y cerrar de ojos.

Ser realistas

La persona humilde es realista, vive con los pies pegados al suelo, no alimenta imaginaciones calenturientas. Sabe bien que los bienes de fortuna no están al alcance de todos, y que aunque los poseyera en abundancia no pueden en ningún caso garantizarle la felicidad. Se ve a diario. Banqueros famosos, magnates de empresas, artistas de relumbrón, futbolistas de élite: a ninguno les falta de nada, pero muy pocos son felices. Lo confiesan públicamente: no saben qué hacer con su dinero, aunque se empeñan no

dan con la felicidad que desean. Buscan amores que dejan fría su alma, ilusiones que por falta de hondura se desvanecen en un instante. Y, como consecuencia, aparecen las desavenencias en casa, los desencuentros con amigos y compañeros. Buscan consuelo en personas y lugares inadecuados, que más que hacerles felices agrandan su desilusión y desconsuelo. Aún no han entendido que la felicidad no la da el dinero, ni la fama ni el éxito.

Vale la pena hacer un pequeño parón, para tomar nota y no caer en el mismo error. Cuando se toma conciencia de la realidad, se comprende que el camino que conduce a la felicidad pasa necesariamente por la humildad. La persona humilde rectifica cuando se equivoca, no le cuesta cambiar de chip al «ver» la realidad desde la óptica del amor de Dios. Lo cual le permite descubrir las razones íntimas que anidan en el corazón. Preguntémonos pues con sinceridad: ¿qué espero de la vida? ¿En qué tengo puesta mi esperanza? A estas preguntas deben añadirse otras dos más: ¿Por qué me sacrifico y llego a veces hasta la extenuación y el agotamiento? ¿Qué es lo que me mueve realmente a dar cada día un trocito de mi propia vida?

Contestando a estas preguntas quizá descubramos los espejismos y fantasmas que de rondón han podido colarse en nuestra imaginación, los proyectos ilusorios, planes inconsistentes o curiosidades malsanas que vamos alimentando. De la falta de realismo proviene el ir tirando, los cansancios y agotamientos, las desilusiones y hasta las infidelidades. Lo sensato en ese caso es rectificar tan pronto como se advierta, para ajustar las metas, lubricar el pensamiento y tonificar el espíritu con el bálsamo de la caridad. Se tendrá entonces una visión más real y objetiva de la vida y se podrá responder con más fundamento a esta pregunta: ¿Los bienes que poseo, la salud que tengo, la familia que Dios me ha dado, me ayudan realmente a ser feliz o suponen una rémora en la realización de mis planes y proyectos? No es cuestión de echar balones fuera; es preciso ir hasta el fondo, dar con lo que se hizo mal y rectificar con humildad.

Rectificar, cambiar de chip, imprescindible para lograr una visión más objetiva y certera de la vida. Se comprende entonces que no basta con amasar una gran fortuna para ser feliz. Que son otros los bienes que llenan y hacen feliz: por encima del dinero, de la salud, del prestigio o del éxito profesional. Son bienes de un orden superior, mas no por eso menos asequibles. Se acomodan a las posibilidades de cada uno: ricos y pobres, sanos y enfermos, sabios e ignorantes... Lo único que se necesita es responder con humildad, generosidad y espíritu de servicio.

Rabindranath Tagore dejó escritos unos versos que, en su sencillez y elegancia, encierran una gran sabiduría. Dicen así:

*He soñado y he visto que la vida era alegría.
He despertado y he visto que la alegría era servicio.
He comenzado a servir y he comprobado que el
servicio se ha convertido en alegría.*

Solo la persona enamorada de Dios puede captar en toda su hondura lo que significa servir; solo ella logra dar con los bienes que conducen a la verdadera felicidad, los que

colman de paz y alegría. ¿De qué bienes hablamos?

Una anécdota para la reflexión

Hay personas que pretenden alargar el brazo más que la manga. Tienen mucho, pero quieren tener más. Y no terminan de ser felices. No han comprendido que la felicidad no depende del dinero que se tenga ni de los bienes que se posean. Por no entenderlo andan con el norte perdido, buscan la felicidad en cisternas agrietadas. Por lo general, actúan al dictado de sus gustos y caprichos. Por conseguir lo que les gusta gastan incluso lo que no tienen. Trabajan para ganar, y ganan para gastar. Pero, en lugar de ser felices, no pocas veces se topan con la decepción y el pesimismo.

Recuerdo una anécdota que puede ejemplificar lo que digo. La protagonista es una señora casada, con tres hijos. Llevaba tiempo dándole la «lata» a su marido para que le comprara un apartamento en la playa. Deseaba emular a sus amigas, pensando que teniendo un apartamento como el de ellas sería feliz. El marido no andaba muy sobrado de dinero, así que iba dándole largas al asunto. Pero la tensión entre ellos creció hasta hacerse insoportable. Para ponerle remedio, el marido haciendo de tripas corazón decidió comprar el apartamento. Tuvo que suscribir para ello una hipoteca, con lo que aumentaron los gastos domésticos y a duras penas lograban llegar a fin de mes. Tras la compra, su mujer se dedicó a decorar el apartamento hasta ponerlo a su gusto. Lo estrenaron unas vacaciones de Semana Santa. Allí se trasladó toda la familia. Días después, cuando estaban de vuelta de las vacaciones, me encontré con esta señora. La saludé y, como era natural, le pregunté cómo lo habían pasado. Yo daba por supuesto que tanto ella como su familia volverían felices. —¡Calle usted! —me espetó indignada—. Vuelvo cansadísima, desilusionada. El apartamento ha resultado muy pequeño para tantos como somos. Al final nos fuimos todos: mi marido, mis tres hijos, y hasta mi suegra... Nada más llegar, tuve que arremangarme, limpiar, fregar, lavar, cocinar... Yo sola, nadie me echó una mano. ¿Cómo quiere usted que vuelva? Agotada, eso es lo que estoy, con la cabeza que parece que en cualquier momento puede explotarme...

No hacía falta seguir preguntando. Estaba claro que el apartamento que con tanta ilusión había puesto a su gusto, no era la panacea de la felicidad que buscaba. Todo se había quedado en un mero espejismo. La realidad terminó por imponerse, y con ella la frustración y el desencanto. No tanto porque el apartamento fuera pequeño o porque hubiera tenido que atender a su familia. No. Es que ella, tal vez sin darse cuenta, había pensado demasiado en sí misma. Creía que disfrutando del apartamento descansaría y sería feliz. El trabajo que tuvo que realizar aquellos días no fue en realidad la causa principal de su agotamiento. No. Cuando se trabaja por amor y con deseos de servir, el trabajo no cansa porque se hace con gusto. El gran error de esta mujer fue pensar más en sí que en los demás. No comprendió que la felicidad que tanto anhelaba no se la podía dar un apartamento; nada material puede saciar el deseo innato de felicidad que todos alimentamos en lo hondo del corazón.

Hace falta mucho más para se feliz. La felicidad, no lo olvidemos, se funda en el amor

a Dios, tiene mucho que ver con el espíritu de servicio. De ahí que afirme Viktor Frankl que «la puerta de la felicidad se abre hacia afuera, no hacia dentro». El hombre es feliz, en efecto, cuando se da; cuando, olvidado de sí mismo, se dispone a servir con gusto a los demás. Se ha dicho que «quien no vive para servir, no sirve para vivir». Amar y servir. Son los dos grandes ingredientes que se necesitan para amasar el oro fino de la felicidad. Todo lo demás, en su comparación, puede atraer por su fulgor, pero en realidad no son más que artículos de bisutería.

Cultivar la virtud

Lo que vale cuesta, y la felicidad a la que aspiramos requiere esfuerzo, no viene como por arte de magia. Se alcanza mediante el cultivo de la virtud. Con la virtud se refuerza la libertad, se temple el alma y crece la vibración y el optimismo. No es compatible con una vida cómoda y placentera, que de ordinario acaba en frustración y desdicha. Cuando uno se da generosamente, Dios que es un Padre bueno da mucho más: el ciento por uno. Es dándose como se recibe. «Dad y se os dará una medida buena, apretada, colmada, rebosante echarán en vuestro regazo» (Lc 6, 38). Y si el Señor nos da tanto, ¿le regatearemos por comodidad o pereza lo poco que nos pide?

Para amar y servir es preciso fortalecer la voluntad, combatir el desamor, la ambición y la avaricia. Con la virtud todo se engrandece. Hace siglos que lo descubrieron los filósofos griegos. Destaca entre ellos Aristóteles, quien sostenía que «la felicidad se encuentra en la virtud». Con ello dio un viraje importante a lo que se había pensado hasta entonces. A partir de aquí se profundiza en este tema. Y así, Epicteto, otro de los filósofos griegos, aporta una nota muy clarividente. Afirma que «la felicidad no consiste en desear cosas, sino en ser libre». Libre, claro está, no para hacer lo que venga en gana, sino lo que se debe hacer. Sin el cultivo de la virtud difícilmente se podrá sujetar la imaginación, dominar la curiosidad, tener a raya las apetencias carnales. Es preciso poner orden en el interior de uno mismo.

Mediante el cultivo de la virtud nos hacemos cada vez más libres, y en consecuencia, más cerca estaremos de alcanzar la felicidad. Una felicidad que supone gozo y fruición en el bien poseído, muy distinta de la que procede de la sed de dinero, de la codicia. Quienes tienen miedo a perder lo que poseen viven en una permanente inquietud. En realidad, carecen de esperanza. Y por eso quieren amarrar el disfrute de lo que tienen por temor a perderlo. No comprenden que estamos aquí de paso, que la felicidad de la tierra es siempre limitada. Lo advierte la *Carta a los Hebreos*: «No tenemos aquí ciudad permanente, sino que buscamos la venidera» (13, 14). Es en el cielo donde la felicidad será plena, pues los que la alcancen «ya nunca más tendrán hambre ni sed [...] Dios enjugará toda lágrima de sus ojos y ya no habrá muerte, ni llanto, ni gritos, ni fatigas, porque lo anterior ha pasado» (Ap 7, 16; 21, 4). Es la felicidad que llamamos *beatitud*, propia de los bienaventurados. Ellos sí son plenamente felices, gozan para siempre de la posesión del Bien supremo, que es Dios.

En la tierra ni siquiera cabe imaginar lo que será contemplar a Dios cara a cara. No

obstante, aunque esto sea propio de los bienaventurados, ya aquí se incoa como un anticipo esa visión, que será plena en el cielo. ¿Cómo será este anticipo de visión? Lo alcanzamos por medio de la fe y el cultivo de las virtudes. Vivir habitualmente en la presencia de Dios es ya un gozo, mucho mayor de lo que se puede imaginar. Significa ser plenamente libres, gozar de la presencia divina, participar, aunque de modo limitado aún, de la posesión del Bien supremo.

Cultivar la virtud significa por tanto tener puesta la mirada en el cielo, invocar en todo momento, y más en la adversidad, la ayuda de lo alto. De esto modo, mientras caminamos por este valle de lágrimas se pueden superar los obstáculos y contrariedades, porque Dios no pierde batallas. Es verdad que se sufre, y a veces mucho, sobre todo cuando faltan los medios para atender tanto el cuerpo como el espíritu. No somos ángeles. Tenemos que alimentarnos, vestirnos y disponer de un lugar donde cobijarnos. Por eso trabajamos y nos afanamos, dando lo mejor de nosotros mismos. Si vivimos de fe y esperanza, los medios materiales no nos faltarán. Los necesitamos, no podemos despreciarlos. Hemos de valorarlos y darles la importancia que tienen, a condición naturalmente de que nos los convirtamos en ídolos o fetiches, en falsas divinidades.

2. BONDAD DE LOS BIENES CREADOS

Dios ha querido que el hombre sea feliz y participe de su gloria. Lo ha creado todo con ese fin, todas las cosas son buenas por proceder de Él. «Salida de la bondad divina, la creación participa de esa bondad («Y vio Dios que todo lo que había hecho era bueno... muy bueno»: *Gen* 1, 31). La creación ha sido querida por Dios como un don dirigido al hombre, como una herencia que le es confiada. La Iglesia ha debido, en repetidas ocasiones, defender la bondad de la creación, comprendida la del mundo material»[1]. Nada puede ser malo por tener su origen en Dios Creador. El mal, los dolores físicos o morales que nos afligen provienen del mismo hombre, del abuso que hace de su libertad, como más adelante tendremos ocasión de ver.

De otra parte, «realizada la creación, Dios no abandona su criatura a ella misma. No solo le da el ser y el existir, sino que la mantiene a cada momento en el ser, le da el obrar y la lleva a su término. Reconocer esta dependencia completa con respecto al Creador es fuente de sabiduría y de libertad, de gozo y de confianza» (*CEC*, 301). Dios, no debemos olvidarlo, nos ha creado por amor. Nos ha de llenar de alegría tomar conciencia de ello. Ahora bien, si somos criaturas, somos dependientes del Creador, sabiendo que es el amor de Dios el que nos sostiene y estimula.

Iván, uno de los hermanos Karamazov, protagonista de la gran obra de Dostoievski, en un momento del relato protesta: «¡No acepto el haber sido creado!». No dice que no crea en la creación, sino que se rebela contra ella; por encima de todo quiere ser libre, mantenerse independiente. De ahí que se enoje no solo contra Dios, sino contra él mismo. No es capaz de paladear el gozo de sentirse criatura, y además hijo de un Padre infinitamente bueno. Por esto es incapaz de contemplar la creación como la maravillosa obra salida de las manos de Dios.

En cambio, qué gozo experimenta la persona humilde, la que se sabe criatura. Ella sí puede contemplar con sencillez y agradecimiento la naturaleza que le rodea, las criaturas todas salidas de las manos del Creador. Y puede contemplarlas con mirada limpia, con sorpresa y admiración. Y quizá se quede extasiada contemplando por ejemplo la belleza del mar, una puesta de sol o un cielo estrellado, o también el trinar de los pájaros o el correr del agua por el arroyuelo... En su humildad, puede quedarse profundamente admirada ante tanta maravilla. Las criaturas todas proclaman a una sola voz la inmensa bondad y sabiduría de su Creador. En la maravilla de la obra creadora se inspiraron escritores y poetas, músicos y pintores... Sus sinfonías, poemas y obras pictóricas son un reflejo de la creación como obra de Dios. Quizá no fueran conscientes del todo, pero es probable que elevaran su corazón a Dios mientras trabajaban, dándole gracias por un regalo tan inmerecido. Con su trabajo se convirtieron en privilegiados colaboradores de la sabiduría y bondad del Creador.

Llegados a este punto, y dando por supuesta la bondad de todo lo creado, hemos de preguntarnos: ¿por qué y para qué quiso Dios crear el mundo, y con él al hombre? El Catecismo de la Iglesia Católica responde: «Es una verdad fundamental que la Escritura y la Tradición no cesan de enseñar y de celebrar: “El mundo ha sido creado para la gloria de Dios”. Dios ha creado todas las cosas, explica san Buenaventura, “no para aumentar su gloria, sino para manifestarla y comunicarla”. Porque Dios no tiene otra razón para crear que su amor y su bondad [...] La gloria de Dios consiste en que se realice esta manifestación de su bondad para la cual el mundo ha sido creado: hacer de nosotros “hijos adoptivos por medio de Jesucristo, según el beneplácito de su voluntad, *para alabanza de la gloria de su gracia*” (Ef 1, 5-6). “Porque la gloria de Dios es el hombre vivo, y la vida del hombre es la visión de Dios” [...] El fin último de la creación es que Dios, “Creador de todos los seres, se hace por fin *todo en todas las cosas* (1 Cor 15, 28), procurando al mismo tiempo su gloria y nuestra felicidad”» (CEC 294).

No cabe maravilla mayor. Por amor y para manifestar su gloria creó Dios todo cuanto existe, y también al hombre para que le diera gloria a través de la creación. Lo hizo así porque quiso, ya que ninguna criatura puede aumentar ni un ápice su gloria. Al hombre lo creó a su imagen y semejanza, por lo tanto inteligente y libre por naturaleza; le dio además la misión de gobernar el mundo universo, para que lo dominara y ofreciera a Dios el fruto de sus manos. Admirado de esta maravilla, comenta san Juan Crisóstomo en un sermón sobre el Génesis: «¿Cuál es, pues, el ser que va a venir a la existencia rodeado de semejante consideración? Es el hombre, grande y admirable figura viviente, más precioso a los ojos de Dios que la creación entera; es el hombre, para él existen el cielo y la tierra y el mar y la totalidad de la creación».

Solo la inmensa bondad de Dios y su amor por las criaturas, puede explicar la existencia del hombre y la del mismo universo. Cuando se parte de esta realidad, confirmada por la Revelación, se evita el error de pensar que la creación ha sido necesaria, o que Dios se vio obligado a crear movido por una causa externa. Nada más alejado de la realidad. El mundo y todo cuanto existe ha sido creado de la nada por la omnipotencia de Dios. No es producto, por tanto, de las fuerzas del azar, ni tiene nada

que ver con la «teoría del caos», ni con la mitología o las divinidades enfrentadas entre sí. Sobre ello volveremos más adelante.

Por ahora, lo único que cabe decir es que el acto creador, por el que el mundo existe, es obra exclusiva de la omnipotencia divina. Y por esta razón todas las cosas son buenas, y por el hecho de existir alaban incesantemente las grandezas de su Creador. A esta alabanza invita el Salmista cuando dice: «Aclama a Dios tierra entera, cantad a su nombre glorioso, dadle honor con alabanzas, decid a Dios: ¡Qué admirables son tus obras!» (*Sal 66, 1*).

Misión dada al hombre

Dios creó al hombre para que dominara sobre todo lo creado. Ahora bien, tal dominio no tenía, ni tiene, carácter de exclusividad. Para que no lo olvidara, Dios quiso señalar al hombre un límite, con un mandato bien preciso: «Del fruto de todos los árboles del paraíso puedes comer. Mas del árbol de la ciencia del bien y del mal no comerás, porque el día que comas de él, ciertamente morirás» (*Gen 2, 16-17*). No le prohíbe comer de aquel fruto porque fuera malo, sino para que tomara conciencia de su propia limitación como criatura y se sometiera libremente a la voluntad de su Creador. Solo Dios es en realidad Dueño y Señor absoluto de todo lo creado. La prohibición impuesta al hombre, lejos de restarle libertad le permite tomar conciencia de quién es: persona limitada, tanto en su ser como en su obrar.

San Agustín explica este mandato en un comentario sobre el Génesis, y lo hace con las siguientes palabras: «No era nocivo aquel árbol por su alimento, pues el que hizo todas las cosas sobremanera buenas, no instituyó en el paraíso ninguna cosa mala, sino que el mal para el hombre provino de la trasgresión del precepto. Pues convenía al hombre que se le prohibiera alguna cosa, para que, colocado bajo el Señor Dios, pudiera de este modo, con la virtud de la obediencia, merecer la posesión de su Señor».

La grandeza del hombre, por tanto, radica en el hecho de haber sido creado a imagen y semejanza de su Creador. Su desarrollo como persona y, en consecuencia, su misma felicidad, dependen de la correcta intelección de esta realidad. Tan pronto como olvide su condición de criatura, se puede convertir en cautivo de sus pasiones; y en ese caso actuará al dictado de su ambición y codicia, buscará la felicidad en placeres indecorosos. Al final, por orgullo o soberbia, en definitiva por rebeldía, acabaría dando la espalda a su Creador, con lo que rompería así el diálogo de amor que desde el principio había mantenido con Él.

Han sido muchas las personas que a lo largo de la historia han querido arrogarse la condición de semidioses, por lo que actuaron ante sí y ante los demás con la ilusoria pretensión de ser dueños absolutos del universo. Desde las alturas de su vanidad y engreimiento, sometieron a naciones enteras, hicieron esclavos de su ambición a hombres y mujeres que sufrieron en su propia carne el odio y la discordia. Fueron, y siguen siendo estos arrogantes, gentes sin corazón, que utilizan los bienes que Dios destinó al uso de todos en su propio beneficio, sin importarles para nada el sufrimiento

de los que poco o nada tienen: ni pan para alimentarse, ni siquiera un hogar digno donde poder habitar.

Estos soberbios y engreídos son los que construyen sobre el cimiento de la vanidad y la injusticia, los que avasallan y atropellan. Lo peor para ellos es que no tardan en experimentar las consecuencias de sus desvaríos: decepción y desesperanza, tristeza y pesimismo, por alzarse contra la verdad y atentar contra la justicia. Sin embargo, lejos de rectificar, llevados de su desfachatez, se recluyen en sí mismos, despreciando a cuantos se atreven a llevarles la contraria. Perdieron, y pierden de vista, no solo la gran misión que Dios les ha encomendado, sino que infravaloran y desprecian las virtudes que poseen aquellos a los que esclavizaron con su despotismo.

En su prepotencia, hay también quienes se atreven incluso a rivalizar con Dios. Alardean de triunfos y éxitos, tanto políticos como profesionales. Hace falta ser insensatos para atreverse a tanto. El pasado Concilio ya lo advertía. «Los cristianos, lejos de pensar que las conquistas logradas por el hombre se oponen al poder de Dios y que la criatura racional pretende rivalizar con el Creador, están, por el contrario persuadidos de que las victorias del hombre son signo de la grandeza de Dios y consecuencia de su inefable designio. Cuanto más se acrecienta el poder del hombre, más amplia es su responsabilidad individual y colectiva. De donde se sigue que el mensaje cristiano no aparta a los hombres de la edificación del mundo, ni los lleva a despreocuparse del bien ajeno, sino que, al contrario, les impone como deber el hacerlo» (*Gaudium et spes*, 34).

El hombre cumple su misión cuando sirve a sus hermanos y da gloria a Dios con su trabajo. Se alejan en cambio de su misión los que alimentan ambiciones personales, los que trabajan para sí mismos, los que por encima de todo buscan satisfacer sus ambiciones y deseos personales. «¡Qué afán ponen los hombres en sus asuntos terrenos!: ilusiones de honores, ambición de riquezas, preocupaciones de sensualidad. —Ellos y ellas, ricos y pobres, viejos y hombres maduros y jóvenes y aun niños: todos igual.

—Cuando tú y yo pongamos el mismo afán en los asuntos de nuestra alma tendremos una fe viva y operativa: y no habrá obstáculo que no vencamos en nuestras empresas de apostolado» (*Camino*, 317).

La ambición del egoísta deja el corazón vacío, lo convierte en foco de podredumbre y de tristeza, de amargura y desesperanza. Supone una soberana necedad regirse por la ambición o el capricho. No solo deja mal sabor de boca, sino que por oponerse al querer de Dios debilita y ahoga la vida del espíritu. Lo experimenta todo aquel que, por egoísmo, pierde su libertad y se deja esclavizar por las pasiones. ¿Cómo evitarlo? Horacio sostenía que «el primer paso para llegar a la sabiduría es liberarse de la necedad». Necedad que tienen cuantos olvidan la misión que Dios les ha encomendado, los que despojan a los bienes de su verdadero fin y no cesan de dar alas a su ambición y codicia. ¡Qué lejos se encuentran de la verdadera sabiduría, y qué lejos de valorar y vivir la virtud!

Una persona medianamente inteligente entiende que debe esforzarse por sintonizar en todas sus obras con la voluntad de Dios; lo cual supone plantar cara a los deseos y apetencias en la medida que sean un obstáculo al querer de Dios. Los bienes creados han

de usarse con rectitud y libertad de espíritu, sin dejarse seducir por ellos, puesto que en ningún bien creado se encuentra la panacea de la felicidad. Siendo buenos, se han de ordenar al fin para el que fueron creados. La persona sabia y humilde de corazón procura vivir sin apegos terrenos, proyectando sobre los demás el toque inconfundible de distinción que es tan propio de la templanza.

3. ATENCIÓN A LAS FALSAS DOCTRINAS

A lo largo de la historia se han dado algunas desviaciones doctrinales en torno al mundo y a la bondad de los bienes creados. El *Catecismo de la Iglesia Católica* dice en uno de sus puntos: «Algunos filósofos han dicho que todo es Dios, que el mundo es Dios, o que el devenir del mundo es el devenir de Dios (panteísmo); otros han dicho que el mundo es una emanación necesaria de Dios, que brota de esta fuente y retorna a ella; otros han afirmado incluso la existencia de dos principios eternos, el Bien y el Mal, la Luz y las Tinieblas, en lucha permanente (dualismo, maniqueísmo); según algunas de estas concepciones, el mundo (al menos el mundo material) sería malo, producto de una caída, y por tanto que se ha de rechazar y superar (gnosis); otros admiten que el mundo ha sido hecho por Dios, pero a la manera de un relojero que, una vez hecho, lo hubiera abandonado a él mismo (deísmo); otros, finalmente, no aceptan ningún origen trascendente del mundo, sino que ven en él el puro juego de una materia que ha existido siempre (materialismo). Todas estas tentativas dan testimonio de la permanencia y de la universalidad de la cuestión de los orígenes. Esta búsqueda es inherente al hombre» (CEC 285).

Dos son las doctrinas principales que cayeron en una concepción errónea sobre la bondad de los bienes y su capacidad para hacer feliz al hombre. Son el *maniqueísmo* y el *materialismo*. Cada una de ellas, aunque de modo distinto, han falseado la naturaleza de los bienes creados. El maniqueísmo por considerar que la materia es mala y que, por tanto, debe ser rechazada; el materialismo por exaltarla hasta el punto de convertirla en causa principal de la felicidad y, como consecuencia, en origen del placer.

De modo sucinto exponemos los presupuestos filosóficos de estas doctrinas; importa conocerlos porque distorsionan la realidad de las cosas y atentan contra una verdad esencial.

- *El maniqueísmo*

Difundido por una secta baptista de Babilonia en el siglo tercero de nuestra era. Su fundador, Manes (216-277), imprimió al movimiento una rigurosa ascesis, obligando a sus seguidores a practicar la abstinencia de la carne y del vino, sometiéndose para su purificación a una serie de ritos. Esta doctrina se difundió con gran rapidez, sobre todo en la India.

En el plano moral, puede decirse que su rasgo principal es la abstención de todo lo que pueda contaminar al hombre por provenir de la materia, concebida como esencialmente

mala. El perfecto maniqueo está marcado por un triple sello: en la boca, las manos y el seno.

El sello de la boca le protegerá de todo lo que pueda ensuciarla. Lo cual le obliga a abstenerse de la carne (solo puede tomar vegetales), y, entre las bebidas alcohólicas, se le prohíbe el vino. A todo ello debe acompañar un riguroso ayuno, practicado dos veces en semana, domingo y lunes.

El sello de las manos le prohíbe absolutamente dar muerte a su semejante, hacer la guerra o llevar armas. También le está prohibido matar animales, destruir plantas o transportar minerales. Además, el verdadero maniqueo no debe trabajar, porque, según Manes, por el trabajo de las manos se viola el mundo de la luz. Tampoco debe apoderarse de lo ajeno, y se ha de abstener de recibir cualquier clase de honores.

El sello del seno es el más importante de los tres. Por medio de él, Manes trataba de oponerse a la propagación del mal. Para ello, el medio más eficaz consistía en evitar cualquier tipo de relación sexual, pues en su opinión la generación es mala en sí misma. De ahí que el matrimonio estuviera absolutamente prohibido entre ellos, imponiéndoles la práctica de la virginidad. Como resulta fácil comprender, estas exigencias suponían una grave incomodidad y en muchos casos hasta una gran extorsión moral y social. Esto llevó a que entre los seguidores de Manes se diera una divergencia de pareceres, lo cual causó una división entre ellos. Esta división dio lugar a dos grupos principales: los *elegidos* (muy pocos) y los *oyentes* (la gran masa de los fieles)[2].

La doctrina maniquea se funda en la eterna lucha entre el bien y el mal, propia del dualismo gnóstico. parte del presupuesto que desde la eternidad hay dos seres o principios supremos: el de *la luz* (el Bien) y el de *las tinieblas* (el Mal). Ambos principios se encuentran en antítesis perpetua e irreconciliable. Cada uno posee su propio imperio. Tal modo de concebir a Dios y al mundo, dio lugar a una intervención de la Iglesia, que combatió esta doctrina como herética (hacia el año 300), primero en Oriente y más tarde en Occidente. Entre los escritos contra los maniqueos, destacan por su claridad los de san Agustín, que antes de su conversión al cristianismo había pertenecido a esta secta[3].

- *El materialismo*

En lenguaje coloquial se entiende por «materialismo» la actitud de quien se apoya exclusivamente en los bienes materiales para alcanzar la felicidad, como si fuera lo más central e importante de la vida. Es frecuente encontrarse con personas que solo valoran las realidades sensibles, las que se tocan y se palpan, despreciando o negando las espirituales. Decía Newman que «la mayoría de los hombres tienen cosas preciosas y cosas sin valor: lo poco valioso está a la vista, pero lo bueno permanece oculto en el fondo del corazón». Los bienes espirituales ni se miden ni son tangibles. Por eso el materialismo los niega. Por falta de fe, por una degeneración de las costumbres, cegando el espíritu y abdicando de lo más sublime: el amor de Dios. El materialismo conduce a la negación de Dios, al rebajamiento del ser espiritual del hombre. Al encerrarlo en un

horizonte material, el ser humano se queda sin defensas, con lo que su espíritu irá languideciendo. En esta situación es fácil sucumbir al desorden de las pasiones, y en lugar de defender la libertad se acaba encadenado a los deseos y apetencias.

Son muchas las consecuencias que se derivan de la actitud materialista, con el correspondiente influjo tanto en lo personal como en lo colectivo. Esto ocurre, por ejemplo, con el ateísmo práctico, fundado en una «ética» utilitarista, que al deformar la conciencia devalúa la libertad y proclama una serie de contravalores. Todo ello conduce al empobrecimiento de la persona, a la depauperación del sentido de la vida, al desorden familiar, al caos político y social, que por desgracia vemos a diario.

El materialismo, como forma de vida, es una de las mayores tentaciones a la que se ha visto expuesto el espíritu humano. Al perder el hombre el sentido sobrenatural de su vida corre el riesgo de sumergirse por entero en los «bienes» que le apetecen, los que captan sus sentidos, seducido por una publicidad hedonista y agresiva. Se vive entonces en un mundo de sensaciones, se llega a confiar más en lo que se «siente» que en lo que sugiere el sentido común. Todo ello recubierto de cientifismo. Como si la ciencia tuviera la última palabra. Albert Einstein decía en 1940: «La ciencia sin religión se encuentra tullida, y la religión sin ciencia es ciega». Como lo es ciertamente el hombre sin Dios, un naufrago a la deriva.

Se produce con ello una gran deformación moral, al verse forzadas las personas a admitir como bueno lo que no lo es, cediendo por influjo del materialismo a la corrupción de las costumbres. Quien se rige por la verdad, goza de una conciencia recta y delicada, de sensibilidad para captar el bien y advertir la falacia de las propuestas pseudocientíficas. Los frutos del materialismo flotan en el ambiente como miasmas, y al pasar desapercibidos logran hacer su agosto en gentes sin principios. Si queremos contrarrestar tal presión, necesitamos llegar al dominio de nosotros mismos, controlando los sentidos y rechazando de plano cuanto pueda suponer un placer egoísta o unos halagos vanidosos. Hoy más que nunca es preciso distinguir lo bueno de lo malo, para crecer en libertad y no dejarnos arrastrar por la virulencia del materialismo.

4. DISFRUTAR DE LO QUE SE TIENE

A veces se puede tener la percepción de que la felicidad consiste en disfrutar sin límite de todo lo que gusta o apetece. Y por eso piensan algunos que serán felices si logran emular el lujo y las comodidades de sus amigos más acomodados. Esto les lleva a colocar como objetivo de su vida el alcanzar el estatus social o económico más elevado que puedan. Craso error. No han entendido que la felicidad no está en el tener, sino en disfrutar con libertad y espíritu responsable de lo poco o mucho que se tiene. Todos tenemos, por lo general, más de lo que necesitamos. De ahí que debemos preguntarnos: ¿disfruto con las cosas que tengo? De sobra sabemos que las cosas se valoran cuando se pierden, ya sea la salud o el dinero, a consecuencia de una enfermedad, una regulación de empleo o una quiebra económica.

Saber disfrutar de lo que se tiene es un arte que se ha de aprender. ¿Cómo? Valorando

esos bienes, que cuando faltan pueden producir un auténtico cataclismo. Para disfrutar de ellos es preciso gozar antes de paz interior, de serenidad y fortaleza. Se afrontan entonces las vicisitudes sin apocamientos ni nerviosismos, se amplía el horizonte de bienes de los que se puede disfrutar porque los tenemos al alcance de la mano. Todo a nuestro alrededor nos invita a ello. ¡Qué maravilla respirar aire puro paseando por un jardín o un parque próximo, o caminar por el campo con la familia, o leer la prensa con calma o deleitarse escuchando una buena sinfonía! Son momentos en los que puede captarse la belleza y armonía de lo que nos rodea, se trata de pequeños placeres que al común de los mortales pueden pasarles inadvertido. En ocasiones se trata de cosas insignificantes, pero que por su pureza y luminosidad proporcionan paz y sirven de sosiego. Detalles a veces prosaicos, que los tenemos delante de los ojos, pero que por ir deprisa no los captamos. Un ejemplo: por prisa no disfrutamos de ese desayuno que tomamos cada mañana y que tanto reanima, del beso de despedida a los padres, o a la mujer o al marido al salir de casa, del saludo al amigo, de las noticias de la prensa diaria... Son pequeñeces, pero en su «insignificancia» nos permiten disfrutar de la vida. Saber aprovecharlas es todo un arte.

Para disfrutar y ser felices, no hacen falta como decimos cosas especiales o extraordinarias. Basta tener los ojos bien abiertos para sacarle partido a lo que se tiene, a lo que quizá pueda considerarse vulgar. Todo se eleva cuando hay grandeza de alma, cuando se mira más allá de las apariencias. Los que vivieron en tiempo de Jesús no advirtieron la grandeza de su espíritu; tenían los ojos turbios, por eso le criticaron infinidad de veces, una de ellas por haber acudido con sus discípulos al banquete preparado por el publicano Mateo. En aquella sala había otros publicanos amigos de Leví. Pero los fariseos, indignados por ver que Jesús participaba en aquel convite, preguntan a sus discípulos: «¿Por qué come vuestro maestro con publicanos y pecadores?» A lo que Jesús, al escucharlo, responde: «No tienen necesidad de médico los sanos, sino los enfermos. Id, pues, y aprended qué significa: *misericordia quiero y no sacrificio*, pues no he venido a llamar a los justos sino a los pecadores» (Mt 9, 11-13).

Jesús disfrutaba de todo lo que tenía a mano, también de los banquetes a los que era invitado por sus amigos o conocidos, aunque en más de una ocasión le supusiera soportar alguna crítica de los fariseos. Le movía el bien de todos, para eso había venido. Y lo demostraba con su ejemplo. Nos enseña a ensanchar la mirada, a disfrutar de las cosas con libertad de espíritu. Son muchas las cosas que, como decimos, nos pueden hacer felices; pero se necesita para ello ser sencillos, tener limpio el corazón. Así actuaba el Maestro. Por todos lados encontraba amigos. Ahí están sus amigos de Betania, Lázaro, Marta y María, con los que compartía entrañables tertulias de sobremesa cuando se dirigía a Jerusalén. Y no solo con ellos. También disfrutaba con sus discípulos cuando se retiraba con ellos a un lugar apartado para que pudieran descansar.

También nosotros podemos disfrutar. Ahí tenemos los fines de semana para salir de paseo o hacer una excursión con la familia o con matrimonios amigos, o para organizar una velada musical o hacer deporte, con los hijos o con amigos, compañeros o vecinos. Son muchas las cosas que proporcionan descanso: visitar un museo, ver una película,

asistir a una obra de teatro... Son momentos distendidos, aptos para profundizar en la amistad, renovar las fuerzas y destensar los nervios. ¡Cuántos buenos recuerdos quedaron grabados en nuestra mente cuando, olvidados de nuestros problemas, nos hemos abierto a los demás y les hemos dedicado parte de nuestro tiempo! Los recordaremos como momentos felices, en los que libres de preocupaciones hemos descansado y llenado de paz y alegría a los que estaban a nuestro lado.

A poco que nos empeñemos, es fácil descubrir esos ingredientes que se necesitan para condimentar el succulento plato de la felicidad. No hay que acudir a tiendas o boutiques de lujo, ni esperar circunstancias excepcionales; basta con un poquito de ingenio para disfrutar y hacer agradable la vida a los que nos rodean. Entre esos ingredientes no puede faltar, como es lógico, el más importante de todos: el amor, que lleva a un servicio generoso. El amor corrige nuestra miopía de espíritu, nos permite captar la grandeza escondida en las cosas corrientes y ordinarias. Si a pesar de todo nos distraemos, Dios acudirá como un Padre bueno a remediar nuestro desafección con su amor, nuestra pequeñez con su poder y misericordia. Con esto aprenderemos a amar cada día un poco más, dando importancia a lo que para otros puede pasar inadvertido. Con la alegría de Dios en el alma, qué fácil resulta recuperar la paz, ganar en buen humor y sacar fuerzas de flaqueza para servir sin esperar a ser servidos.

La clave de la felicidad

La felicidad, como hemos dicho, no se encuentra en los bienes terrenos. La clave de la felicidad se ha de buscar dentro de uno mismo: en el temple interior, en la capacidad de conocer, amar y servir. Conocimiento, amor y servicio, es la tríada de la felicidad, la que acompaña la vida de las personas enamoradas, la que dota de equilibrio, ecuanimidad y dominio de sí. Lograr estas cualidades es dar con la clave de la felicidad. Podrá sacarle partido a sus talentos, se sentirá feliz disfrutando de lo que tiene, sin importarle que sea mucho o poco lo que tenga.

El que da con la clave de la felicidad no ambiciona nada, le basta con lo que tiene. Se libra así de inquietudes y ambiciones obsesivas. Más que poseer bienes, se posee a sí mismo. Por eso goza de una paz y libertad que nada ni nadie le puede arrebatar. Con un corazón libre y enamorado se deleita contemplando la armonía de las cosas creadas, ve con ojos limpios a través de ellas a su Creador. Por gozar de paz y alegría se queda extasiado como un niño contemplando un amanecer radiante y luminoso, agradece a Dios el nuevo día que le regala. Todo ello refleja en su alma, como en un espejo, la paz y felicidad que le invade, tan grande que ningún bien de la tierra puede superar.

Para esto hay que aprender a amar. Con libertad de espíritu, sin prejuicios, teniendo la mirada limpia, sin las ataduras de la ambición o la codicia. Buscar a Dios y vivir en su presencia, significa disfrutar de lo más grande que se pueda concebir, es saberse amado por Dios que se comporta con cada uno como Padre y Amigo. Fue el gran descubrimiento de Agustín, el que más tarde sería obispo de Hipona. Lo relata con gran sencillez en sus *Confesiones* (10, 27, 38).

*¡Tarde te amé, Dios mío, hermosura tan antigua
y tan nueva, tarde te amé! He aquí que Tú estabas
dentro de mí y yo fuera, y por fuera te buscaba [...].*

Tú estabas conmigo pero yo no estaba contigo.

*Me tenían lejos de Ti las cosas que, si no
estuviesen en Ti, no serían.*

*Tú me llamaste claramente y rompiste mi sordera; brillaste, resplandeciste y curaste
mi ceguera [...].*

Tú eres misericordioso y yo soy miserable.

Toda mi esperanza estriba en tu muy grande misericordia.

Dame lo que me pides y pídemelo lo que quieras.

Agustín se había pasado mucho tiempo buscando a Dios; lo buscaba por fuera, pensando que lo encontraría en el sol, la luna o las estrellas... Lo buscaba, pero no lo encontraba. Hasta que un día el Señor le hizo descubrir que debía buscarlo no por fuera, sino dentro de sí. ¡Qué gran descubrimiento el suyo! Podría ser también el nuestro. Porque a veces lo buscamos y no lo encontramos. No nos percatamos de que Dios está muy cerca de nosotros, en nosotros mismos. Nos ama como Padre bueno y misericordioso que es, y sabe además muy bien lo que necesitamos.

La clave de la felicidad consiste en amar a Dios y servirle. Con independencia de lo que se tenga o se deje de tener, aunque en ocasiones se sufra o se pase por momentos de estrechez; nada puede hacer naufragar al que ama de verdad. ¡Cuántas personas sin tener apenas nada, son sin embargo felices; otros en cambio, teniéndolo todo, son desgraciados! Por falta de verdadero amor a Dios, por desconfiar del mañana y por miedo a hipotecar el futuro. Aunque piensen que no carecen de nada, les falta lo más importante: la paz y el sosiego de su alma. Se atormentan y se preocupan, buscan soluciones a sus inquietudes y desazones. Pero cuanto más se esfuerzan, mayor es el vacío que experimentan.

No quiere esto decir que los bienes constituyan un obstáculo a la felicidad. Todos tenemos derecho a disfrutar de un mínimo confort, a tener un nivel de vida lo suficientemente digno para no pasar apuros. Es lo razonable. Aun así, no hemos de olvidar que la clave de la felicidad no se halla en el *tener* sino en el *ser*: es decir, en ser personas humildes y serviciales, más sacrificados y generosos. Siendo fieles ante Dios no se pierde la paz ni uno se siente abandonado por Él. No depende la felicidad del tener, sino en ser cada día mejores hijos de Dios.

Comenta a este respecto san Basilio en una de sus homilías: «De aquí que no se deba tener al rico por dichoso solo por sus riquezas; ni al poderoso por su autoridad y dignidad; ni al fuerte por la robustez de su cuerpo; ni al sabio por su eximia elocuencia. Todas estas cosas son instrumentos de virtud para los que las usan rectamente; pero ellas, en sí mismas, no contienen la felicidad». La más grande de las riquezas se encuentra en el corazón del hombre, en el que por su humildad lo espera todo de Dios y nada de sí mismo. Es la mayor felicidad, el más grande de los placeres.

¿Ser ricos o ser pobres?

Resulta a veces difícil calibrar quién es más feliz, si el rico o el pobre, el que abunda en riquezas o el que carece de ellas. No es fácil discernirlo. Conocemos algunos casos de pobres que son felices, y también de ricos que no lo son. Las apariencias engañan. Con una mirada superficial se distorsiona la realidad y se falla en los juicios. Todos conoceremos alguna historia ilustrativa a este respecto. A mí me encantó un relato, escrito por autor desconocido y publicado por Belkis, en el que se describe la relación y posterior diálogo entre un padre y su hijo adolescente. Se trata de un hombre que abundaba en bienes, y para que su hijo creciera sin complejos quiso que conociera de cerca la pobreza, que la experimentara. Y decidió enviarlo a casa de un labriego conocido suyo. Le pidió el favor de que acogiera a su hijo por unos días. El labriego se mostró dispuesto y lo acogió.

Ha de advertirse que el padre de este chico tenía una casa lujosa en las afueras de la ciudad. Disponía de un jardín espacioso y bien cuidado, de una piscina de grandes dimensiones, amén de unas estancias amplias y confortables para todo tipo de eventos. Tal como lo había planeado, el hijo se fue a vivir con la familia del labriego, con los que compartiría su vida sencilla y austera. A lo largo de los días que duró la estancia, este chico disfrutó como nunca: respiraba a pleno pulmón, disfrutaba al aire libre, trabajaba la tierra con sus manos, comía alimentos sanos, y quedaba admirado al contemplar por la noche las estrellas y el inmenso campo que le circundaba.

Transcurridos los días pactados, su padre se acercó a recogerlo. Tras los saludos iniciales, y una vez en el coche, se apresuró a preguntar a su hijo:

—¿Qué te ha parecido la experiencia?

—Bien —le respondió el hijo en un tono más bien frío.

—Pero, ¿aprendiste algo? —insistió el padre.

Después de pensarlo, el chico le contó las conclusiones a las que había llegado. Y le fue relatando su rica experiencia tras aquellos días con la familia campesina.

—Presta atención —le dijo—, porque quizá te pueda servir también a ti para reflexionar un poco —y le fue enumerando las conclusiones—:

1. Nosotros tenemos un perro y ellos tienen cuatro.
2. Tenemos una piscina con agua tratada, amplia, que llega hasta la mitad del jardín... Pero ellos tienen un río entero de agua cristalina, con peces y cosas bellas.
3. Nosotros tenemos iluminación eléctrica en nuestro jardín, pero ellos tienen las estrellas y la luna para iluminarlos.
4. Nuestro jardín llega hasta el muro; pero el de ellos hasta el horizonte.
5. Nosotros compramos la comida cocinada; ellos todo lo que comen lo cultivan ellos mismos, y luego se lo cocinan.
6. Nosotros oímos CD's... Ellos, en cambio, escuchan a diario la maravillosa sinfonía de las tórtolas, los mirlos y los jilgueros. A ella se unen las canciones que canturrean los labradores mientras trabajan la tierra.
7. Nosotros usamos microondas, pero lo que ellos comen tiene el exquisito sabor del

fuego lento...

8. Para protegernos, nosotros vivimos rodeados de muros llenos de alarmas... Ellos, en cambio, viven con las puertas abiertas de par en par, protegidos tan solo por la amistad de sus vecinos.
9. Nosotros vivimos conectados al móvil, al ordenador, a la televisión; ellos están «conectados» a la vida: al cielo, al sol, al agua, al verdor maravilloso de sus campos, a los animales que les rodean, a la sombra de sus árboles, a su familia...

El padre escuchaba con atención el relato de su hijo. No podía ocultar la admiración que le producía la profundidad de sus reflexiones. Sin pensarlo, el hijo le estaba dando una lección de auténtica sabiduría. Le bastaron unos pocos días para aprender más de lo que él mismo hubiera podido enseñarle a lo largo de su vida.

Al acabar el relato, y a modo de conclusión, le dice a su padre:

—¡Gracias, papá, por haberme enseñado a darme cuenta de lo pobres que somos!

¡Qué gran descubrimiento el suyo! ¿Ricos, pobres? Las apariencias engañan. Hay pobres que, en lo que se refiere a ser felices, nada tienen que envidiar a los ricos. En realidad, son ellos los verdaderos ricos por vivir «conectados» a la vida. Y hay ricos, en cambio, que son pobres por su «desconexión» con la realidad. Ignoran o desprecian los verdaderos valores, no le dan importancia a lo que poseen, infravalorando o despreciando lo que tienen. No comprenden que aun las cosas más insignificantes tienen un valor eterno que es preciso descubrir.

Este chico había cursado con sobresaliente la lección de sabiduría, prudencia y laboriosidad que le habían dado aquellos «pobres» labriegos. Al padre le bastaron unos minutos, tras escuchar la experiencia su hijo, para comprender lo lejos que se encontraba de aquella sabiduría tan profunda; sabiduría que no se aprende en los libros, que no existe dinero con el que poder comprarla. La lección recibida de su hijo era muy clara: le había hecho comprender que no faltándole de nada era infeliz, vivía en su mundo, desconectado de la realidad. Entendió entonces que los muchos bienes no hacen feliz al hombre, ni le permiten ser más libre. En cambio, personas sencillas y humildes como aquellos labriegos, aun teniendo pocos bienes disfrutaban de ellos porque gozaban de una gran libertad de espíritu; eran felices, podían contemplar con admiración las maravillas de la naturaleza, por tener un corazón limpio, libre de codicias.

Ser y tener

En cierta ocasión, Jesús sintió una gran conmoción en su espíritu al ver la sencillez y humildad de los que le seguían. Y elevó su corazón a su Padre con estas palabras: «Yo te alabo, Padre, Señor del cielo y de la tierra, porque has ocultado estas cosas a los sabios y prudentes y se las has revelado a los pequeños. Sí, Padre, porque así lo has querido [...] Venid a mí todos los que estáis fatigados y sobrecargados, que yo os aliviaré» (*Mt* 11, 25-28). No son los sabios y engreídos de este mundo, sino la gente humilde y sencilla los predilectos de Dios, es a ellos a los que se ha revelado. No a los poderosos o a los que *tienen* grandes fortunas, sino a los pobres, a los que por su humildad de corazón *son*

libres y actúan como hijos de Dios. Esta es su gran riqueza, la que nadie puede arrebatárles.

Esta es también la gran lección, aunque en escenario distinto, dada por la doncella de Nazaret. Cuando llega a casa de su pariente Isabel, fue recibida por ella con este saludo: «Bienaventurada la que ha creído que se cumplirán las cosas que se le han dicho de parte del Señor». En lugar de ufanarse por tales palabras, María responde llena de humildad con el canto del *Magnificat*: «Mi alma glorifica al Señor, y mi espíritu salta de gozo en Dios, mi Salvador, porque ha puesto sus ojos en la humildad de su esclava, por eso me llamarán desde ahora bienaventurada todas las generaciones [...] Manifestó el poder de su brazo y dispersó a los soberbios en los proyectos de su corazón. Derribó a los poderosos de sus tronos y ensalzó a los humildes. Colmó de bienes a los hambrientos y a los ricos los despidió con las manos vacías» (*Lc* 1, 45-53).

María es alabada por su fe y humildad de corazón. La «mirada» que Dios le dirige expresa de modo admirable el gran amor que sentía por ella, un amor de predilección, el mismo que siente por los pobres y los humildes, tal como había prometido por los profetas. Así se explica que María salte de gozo agradecida a su Dios por lo bienes recibidos. En cambio, a los «ricos» que se mencionan en el *Magnificat*, a causa de su engreimiento y soberbia, el Señor los despide con las manos vacías. Son los que confían en sí mismos, los que piensan y actúan con arrogancia y prepotencia, los que practican el engaño y la calumnia, los que condenan al pobre y declaran culpable al inocente. Son despreciados por el Señor no porque no los quiera, sino por su obstinación en mantenerse alejados de Él. Abundan en bienes, creen poseerlo todo, pero son desgraciados por vivir alejados de Dios, como si Dios no existiera.

Los que buscan con obsesión el *tener* y a todas horas tratan de multiplicar sus bienes, olvidan que lo que de verdad importa no es el tener sino el *ser*. El hombre debe ser honrado ante Dios y los hombres. Cuanto mayor sea su amor a Dios, tanto más crecerá y madurará su personalidad. El simple tener no es criterio seguro de felicidad. El Maestro Eckhart advertía que «las personas no deben pensar tanto lo que han de hacer como lo que deben ser». Y por lo que se refiere al cristiano, decía que debe ser perfecto, aspirar a la santidad, que es la plenitud de la vida cristiana, como Jesús pidió para todos. El cristiano es y será siempre criatura, ser finito y limitado, aun en la vida eterna. Sin embargo, es grandiosa la vida a la que el Señor lo destina. De esta consideración extrae importantes consecuencias.

— Cristiano es el que, por la fe, llega al conocimiento de la realidad de Dios, Uno y Trino. Anhela en la esperanza la plenitud definitiva de su ser en la vida eterna.

— Se orienta en la caridad hacia Dios y su prójimo, con una aceptación que sobrepasa la fuerza de todo amor natural.

— Es prudente: no deja enturbiar su visión de la realidad por el sí o por el no de la voluntad, sino que hace depender el sí o el no de la verdad de las cosas, cuyo punto más alto se encuentra en quien dijo: «Yo soy la Verdad».

— Es justo: puede vivir en la verdad con el prójimo, y además se sabe miembro entre los miembros de la Iglesia en la comunión fraterna.

— Es fuerte: está dispuesto a sacrificarse y, si es preciso, a aceptar la muerte por la implantación de la justicia.

— Es comedido: no permite que su ambición y afán de placeres le lleven a obrar desordenadamente y de modo antinatural.

Todo ello nos habla de la importancia del *ser* y no del tener, que es lo que al fin cuenta. Ha de primar la virtud, el ser auténticos y honrados, por encima de la costumbre de actuar en función de las modas de turno. La virtud es el mayor bien al que se puede aspirar: representa la elevación del ser, la realización de todas y cada una de las posibilidades humanas, tanto en el plano natural como en el sobrenatural.

El cristiano, por ser hijo de Dios, debe ser ante todo justo, fuerte y prudente, sobrio y templado. Para llegar al dominio de sí, para hacer frente a esa espiral consumista que pretende ahogar la vida del espíritu, sobrevalorando el tener sobre el ser.

El ser pobre o ser rico no depende, como venimos viendo, de los bienes que se tengan, sino de la fidelidad y obediencia a los planes divinos. Se trata de una actitud realista ante la vida. La grandeza del hombre radica en su sintonía con Dios, que mediante la gracia es elevado en su espíritu y puede observarlo todo bajo el prisma del querer divino. Con ello se poseerá a sí mismo y no se dejará poseer por nada, reproduciendo en su vida la misma vida de Cristo. Quiere esto decir que la mayor riqueza del hombre se encuentra en sí mismo, en su propia alma fortalecida por la gracia, y como consecuencia en un corazón libre de ataduras.

De todos modos, no se ha de plantear el ser o el tener como una antinomia. Por haberlo considerado así, se dieron a lo largo de la historia y se siguen dando multitud de injusticias. Así lo refleja san Josemaría en su libro *Es Cristo que pasa*. «Se comprende muy bien la impaciencia, la angustia, los deseos inquietos de quienes, con un alma naturalmente cristiana, no se resignan ante la injusticia personal y social que puede crear el corazón humano [...]»

»Los bienes de la tierra repartidos entre unos pocos; los bienes de la cultura, encerrados en cenáculos. Y, fuera, hambre de pan y de sabiduría, vidas humanas que son santas, porque vienen de Dios, tratadas como simples cosas, como números de una estadística. Comprendo y comparto esa impaciencia, que me impulsa a mirar a Cristo, que continúa invitándonos, a que pongamos en práctica ese *mandamiento nuevo* del amor» (n. 111).

Son pocos, en efecto, los que poseen mucho, mientras que son muchos los que poseen muy poco. Este desajuste habla a las claras de una falta de principios, de un desconocimiento profundo del fin del hombre y de su destino eterno. Todo hombre, cualquiera que sea su raza, cultura o religión, está llamado a disfrutar, a ser feliz. Dios ha concedido los bienes no para beneficio de unos pocos, sino de todos. La codicia, la ambición, el apego desordenado a lo que se tiene, impide que otros —por desgracia, muchos— se beneficien de lo que por voluntad divina está destinado a todos. Cualquier tipo de exclusión social, en este sentido, es una verdadera injusticia.

[1] *Catecismo de la Iglesia Católica*, n. 299. En adelante aparecerá la sigla *CEC*.

[2] Los «elegidos» eran los que practicaban a conciencia la fe maniquea y por ello tenían asegurado su ingreso en el «paraíso». Los «oyentes» solo escuchaban las prédicas y por no practicar a conciencia la fe maniquea, a su muerte sus almas debían transmigrar de cuerpo en cuerpo hasta hallar la de un elegido que lo llevaría a la salvación.

[3] La conversación que Agustín mantuvo con Fausto lo convenció de la falsedad e inconsistencia de la doctrina de Manes. En los primeros años de su sacerdocio, continuó su lucha contra los maniqueos. En de agosto de 392 se libró en Hipona una espectacular disputa retórica entre Agustín y Fortunato de Cartago, maniqueo. Ocho años después, también en Hipona, tuvo lugar una discusión pública similar, con Félix. De ambas discusiones salió victorioso san Agustín. De ahí proceden sus escritos antimaniqueos: *Contra epistolam Manichaei quam vocant fundamenti* y *De natura boni*.

II. EN BUSCA DEL PLACER

1. ¿MIEDO AL PLACER?

Todavía se notan en algunos ciertos escrúpulos hacia el placer; no distinguen el placer noble y sano de los que no lo son. En realidad no comprenden que el deseo de gozar haya sido puesto por Dios en el corazón del hombre. Dios nos ha dotado de la capacidad de sentir, amar y emocionarnos. El hombre o la mujer normalmente constituidos sienten una tendencia natural a gozar de las cosas, a experimentar por medio de ellas un legítimo placer. En campos tan vitales para el organismo humano como son los del comer o el beber, y el mismo placer sexual, se requiere tener las ideas muy claras. La satisfacción que producen esos apetitos es natural, y bueno es por consiguiente el placer que se sigue de ellos, en la medida, como es lógico, que se rija por la razón.

Al placer no se le ha de tener miedo si está ordenado a su verdadero fin. El mal que pueda producir se debe al desorden de la concupiscencia, que puede arrastrar y pervertir los sentidos. Por esto un placer legítimo, bueno y honesto se puede convertir, por el desorden de las pasiones, en un auténtico vicio. Vicios tan repulsivos y deleznable como son la glotonería, la ebriedad o la lujuria. Lo son porque trastocan el orden natural y someten al hombre al imperio de las pasiones y el libertinaje.

Los apetitos del comer y del beber, así como todo lo relacionado con el apetito sexual, llevan aparejado un cierto placer, necesario para el desarrollo de la persona y la conservación de la especie. Son apetitos que dependen del sentido del tacto, por lo que el placer que de ellos se sigue deriva de la posesión del bien poseído. Es natural que el hombre sienta hacia esos bienes una tendencia muy particular, que puede en ocasiones presentarse como irresistible. Pero no hay que olvidar que son bienes, por la bondad que el Creador puso en ellos. No obstante, se convierten en bienes polivalentes según el deseo que se tenga de poseerlos, por lo que serán buenos para quienes dominan sus apetencias y perjudiciales para los que sucumben al desorden de sus pasiones.

Nada malo hay pues en el deseo noble de disfrutar de las cosas. Fijémonos, por ejemplo, en la conducta de Jesús de Nazaret. Lo tildaron de comilón y bebedor, de ser amigo de publicanos y pecadores. Pero él, en realidad, no hacía más que acoger a todos, no despreciaba a nadie. Se le ve actuar con libertad de espíritu, disfrutar como uno más de las fiestas y banquetes en los que participaba. Así se observa en el banquete que ofrece el publicano Mateo para agradecer la llamada del Maestro. Jesús disfrutaba de todo lo bueno que le ofrecen. Se comportaba como uno más, no era un espiritualista. Aceptaba las invitaciones que le hacían, ya procedieran de gente rica o pobre. Si los escribas y fariseos se escandalizan es por no entender la libertad con que actuaba. Lo

cual motivó que le dirigieran comentarios hirientes, irónicos y soeces. Aun así, en ningún momento muestra animadversión hacia ellos. Con su conducta quiere dejar claro que nada hay de pecaminoso en el placer bueno y noble. De ahí que no tuviera inconveniente en disfrutar con sus amigos, en tomar lo que le ofrecían, ya fuera en casa de Lázaro, Marta y María, la del publicano Zaqueo o Simón el fariseo.

Bueno es por tanto el placer que se deriva de un disfrute ordenado de los bienes, como lo es también el que se sigue de la unión conyugal dentro de legítimo matrimonio. A este respecto dice el Catecismo de la Iglesia Católica: «Los actos con los que los esposos se unen íntima y castamente entre sí son honestos y dignos, y, realizados de modo verdaderamente humano, significan y fomentan la recíproca donación, con la que se enriquecen mutuamente con alegría y gratitud (*Gaudium et spes*, n. 49, 2)». Y más adelante cita a Pío XII, que en uno de sus discursos comenta: «El Creador... estableció que en esta función (de generación) los esposos experimentasen un placer y una satisfacción del cuerpo y del espíritu. Por tanto, los esposos no hacen nada malo procurando este placer y gozando de él. Aceptan aquello para lo que el Creador los ha destinado. Sin embargo, los esposos deben saber mantenerse en los límites de una justa moderación» (CEC 2362).

2. EL PLACER ES UN MEDIO, NO UN FIN

El placer es un medio para amar a Dios, en ningún caso un fin en sí mismo; y menos se puede convertir en el fin principal de la vida. Por no entenderlo, algunos han falseado el significado de los bienes terrenos. Entre las teorías erróneas se encuentran las defendidas por hedonistas y utilitaristas. La falacia de tales teorías consiste en considerar el placer como un fin, no como un medio. De ahí su obsesión de buscar el placer al precio que sea. La persona sensata puede percatarse en seguida de la falsedad de estas teorías. Obsesionarse con la búsqueda del placer aleja de la realidad, y además pone en peligro la propia libertad por producir un embotamiento de la conciencia.

Se ha de estar apercebidos. Y nada mejor para ello que exponer aquí, aunque sea brevemente, las características principales de estas teorías.

- *El hedonismo*

Es una teoría filosófica que considera el placer (del griego *hedoné*) como el bien supremo de la vida humana. Para los que defienden esta doctrina, todo cuanto el hombre hace o se propone hacer tiene valor de medio para alcanzar un fin, el placer; aducen que tan solo el placer merece ser buscado por sí mismo, por lo que a la obtención del placer debe encaminar el hombre todos sus esfuerzos. Mientras el placer es considerado como el único bien, el dolor o el sufrimiento humano es tachado como el único mal. Y así, en la medida que se consiga desterrarlo, el hombre podrá ser feliz, por cuanto habrá obtenido el placer que buscaba. Para el hedonismo, es esta la clave de la verdadera felicidad.

Conviene señalar que el hedonismo no afirma solamente que el placer es un bien, sino el único bien, *el bien supremo*. El fundador de esta doctrina, Epicuro (341-270 a. C.), defendía que una vida llena de placer es la clave de la felicidad. Al placer máximo que se puede obtener lo denominó *ataraxia* (imperturbabilidad). En esto se percibe la relación de su filosofía con el *nirvana* al que Buda aspiraba para llegar a la felicidad.

La diferencia entre uno y otro no obstante está en que Epicuro concebía el placer como lo que excita los sentidos, mientras que Buda trataba por todos los medios de suprimirlos. Estos placeres sensuales son vistos por Epicuro como un movimiento continuo, de modo que a cada placer que se experimenta le sigue otro más intenso, hasta llegar al estado ideal, la *ataraxia*, cumbre del placer.

Epicuro dejó escrito: «Yo no sé cómo podré concebir lo bueno si elimino los placeres del gusto, del amor, del oído, de las emociones causadas por la visión de una hermosa forma». Consideraba estos placeres como camino para conseguir lo que en realidad concebía como el fin último: la satisfacción del placer pleno. No pudo evitar, sin embargo, que su teoría cayera en un incuestionable círculo vicioso: la pasión del hombre por encontrar el placer al precio que fuera, no le conducía sino a una ansiedad cada vez mayor por alcanzar un placer que se le escapaba de las manos.

Se ha atribuido a Epicuro el dicho de que «la felicidad comienza en el estómago». De ahí que se difundiera como rasgo peculiar del hedonismo la selección de placeres, iniciada en el comer y el beber y culminada en la *ataraxia*, prototipo de todos los placeres.

- *El utilitarismo*

Esta doctrina identifica el bien sumo o supremo con lo que comúnmente se considera como útil. No afirma solo que lo útil es bueno, sino que al hipertrofiar la utilidad la presenta como el bien más alto en la escala de valores. Defiende que todo lo que tiene razón de bien lo es por la utilidad que produce, en un plano meramente material. El utilitarismo convierte así la utilidad en clave de las aspiraciones humanas, y de paso afirma que los placeres sensibles son los más idóneos para que el hombre llegue a ser feliz.

Al moverse la doctrina utilitarista en el plano de lo exclusivamente material, ignora y a veces desprecia la superioridad de los bienes del espíritu. De ahí que no admita que la verdad, el bien, la libertad o el amor son bienes que, por su trascendencia, proporcionan al hombre la felicidad que anhela, la cual incoada en la tierra es preludio de la que disfrutará para siempre en el cielo.

Sin entrar a definir el utilitarismo teórico[1], puede afirmarse en sentido amplio que se trata de una doctrina en la que se identifican estos tres elementos:

$$felicidad = utilidad = placer$$

Para el utilitarismo, todo cuanto puede saciar y hacer feliz al hombre equivale a lo que es útil, y se le asigna el carácter de bien, con capacidad para eliminar el dolor y todo lo

que pueda impedir disfrutar del placer. En este sentido, el utilitarismo mantiene una estrecha relación con el hedonismo.

Dentro de lo útil, el utilitarismo establece distintas gradaciones de placeres. Por dos razones principales. En primer lugar, porque dentro de la amplia gama de placeres es obvio que unos son más intensos que otros; en segundo lugar porque, en la medida que aumenta el placer, mayor será el número de individuos que puedan beneficiarse de él. En este punto sí que se distingue el utilitarismo del hedonismo, pues al ampliar el número de individuos que pueden llegar a disfrutar del placer, este se saca de la órbita personal y se hace social, frente a la consideración individualista del hedonismo. Lo cual hace que el utilitarismo se rija por un doble criterio: la *intensidad* del placer y su *extensión*, pues a cuantas más personas pueda llegar tanto mejor.

La consecuencia de todo ello lleva a sostener que la felicidad consiste en la *maximización* de lo útil. Y así, un acto será *bueno* no solo por ser útil, sino por la máxima utilidad que produce. ¿Cómo se mide esta utilidad? Por el máximo número de individuos de una comunidad que tienen acceso a la participación de un determinado bien. Con esta breve fórmula funda la teoría utilitarista la norma suprema de moralidad. ¿Cuáles son sus consecuencias? Como es fácil comprender, si se parte del principio de la utilidad se acaban devaluando los sentimientos, y como consecuencia las motivaciones más nobles del ser humano quedan reducidas a mera utilidad. En el fondo, esta teoría conduce a una concepción reduccionista y materialista de la vida.

Más allá de lo material

Es verdad que la búsqueda de la felicidad estimula al hombre y le lleva a dar lo mejor de sí mismo. Pero esta aspiración tan noble y humana no puede ni debe quedar reducida a una dimensión meramente material o biológica. Por encima de la satisfacción sensible y del mismo placer, está el deber moral que obliga en conciencia a buscar no solo lo útil, sino lo bueno y verdadero, lo que le permite al hombre crecer y desarrollarse como persona. Conseguir este fin obliga no pocas veces a sacrificar intereses personales por otros más altos, que poco o nada tienen que ver con lo simplemente «útil». Son bienes que valen por sí mismos con independencia del valor material que tengan. Gracias a ellos, el hombre puede vivir con la dignidad que le corresponde, obligándose voluntariamente a respetar a los otros, no por lo que tienen, sino por su gran «valor» como personas.

De aquí se siguen varias consecuencias. La primera, que la utilidad de las cosas no es lo que las hace moralmente buenas; lo serán en la medida que se ajusten a la verdad y al bien. Esto obliga a considerarlas valiosas, con independencia de que se consideren más o menos útiles. Una búsqueda del placer basada solo en la utilidad, en ningún caso puede ser criterio válido de moralidad. Las personas, y cuanto con ellas se relacionan, se deben valorar por su dignidad, por su relación con la Verdad suprema de la que proceden.

La segunda consecuencia viene a decir que los actos humanos serán buenos y valiosos en la medida que sean verdaderos, y solo entonces podrán ser también moralmente

buenos. La ley moral que rige las relaciones humanas no puede fundarse por tanto en la utilidad de los bienes, y menos en el placer que producen; se funda en una ley superior que procede de Dios, a la que llamamos natural y es la única que puede conducir al hombre a la felicidad.

A la luz de la verdad y del bien, se ve claramente que la doctrina utilitarista adolece de errores de bulto, tanto en sí misma como en lo que se refiere al orden moral natural. Termina encerrando al hombre en la órbita de lo material, y le corta así el paso a todo lo que signifique trascendencia. Equivale en la práctica a olvidar que, junto al cuerpo, existe en el ser humano un alma espiritual. Olvidarlo es tanto como negar lo más valioso que tiene el hombre: su conciencia libre y su capacidad de decisión moral. Por rechazar el utilitarismo el primado objetivo de lo moral, termina dejando al hombre huérfano e indefenso frente a sus pasiones y a la seducción de las riquezas. De esta manera, seducido por los eslóganes de una publicidad combativa y sumamente agresiva, el hombre sucumbe al brillo efímero de los bienes materiales que se le ofrecen, buscando con ahínco el placer que le puedan proporcionar sus sentidos.

Todo lo cual no quiere decir que se deban infravalorar los bienes materiales. Sería absurdo. Tienen, como hemos dicho, una enorme importancia para el crecimiento y la madurez de la persona, y también para el desarrollo y progreso de la sociedad. No es cuestión de poner en duda el legítimo placer al que tienden los apetitos, necesario para un recto comportamiento humano. ¿Cómo se le puede prohibir a alguien que rechace el placer que siente al degustar un exquisito manjar, o al saborear un buen vaso de vino, o al disfrutar de la fragancia de una flor? Dios ha concedido al hombre estos placeres para hacerle la vida más agradable y llevadera, para que sea feliz y haga partícipes a otros de su felicidad. Lo cual nos lleva a afirmar, como más adelante veremos, que la sobriedad y la templanza no están reñidas con un legítimo placer. Los momentos de gozo y placer ayudan a recuperar fuerzas, a renovar la ilusión, a tener una visión más positiva y optimista de la vida.

De todas formas, conviene aclarar que una cosa es disfrutar y otra muy distinta buscar el placer como si fuera lo único y principal de la vida. Como en todo, también en esto se ha de proceder con moderación y prudencia. Buscar el placer por el placer, es una afrenta a la racionalidad humana. ¿Qué se quiere decir? Pues que por tener el hombre inteligencia y voluntad debe dominar y no sentirse dominado por sus sentidos y afectos. El marco de sus apetencias viene delimitado por el bien y la verdad. No «mi bien» o lo que pueda «sentir» o se me pueda «antojar». No. El bien verdadero es lo que siempre y en todo se ha de buscar. Lo contrario equivaldría a apoyar el edificio espiritual sobre la arena de la subjetividad.

Quien por falta de reflexión actúa a lo loco, sin más criterio que el de satisfacer sus deseos y apetencias, lo normal es que termine haciéndose esclavo de vicios como la gula, la ebriedad o la lujuria. Tal vez piense que en esos placeres encontrará la solución a sus problemas. Pero antes o después comprobará que más que la paz y el sosiego ha quedado encadenado por vicios y «placeres» que le incapacitan para captar los bienes del espíritu. Por estar estos en un plano superior, son los únicos que pueden proporcionar una

felicidad verdadera, y eso aunque por temporadas se sufra o falten las fuerzas para sobrellevar las penas y dolores que conlleva el vivir. Puede servir de ayuda en esos momentos la reflexión de san Agustín de Hipona: «Si no quieres sufrir, no ames; pero si no amas ¿para qué quieres vivir?».

3. LIBRES, NO ESCLAVOS

Como vimos, Dios creó al hombre a su imagen y semejanza, es decir, como ser racional dotado de inteligencia y voluntad, completamente libre. Tal libertad le capacita para llevar a cabo la misión que le encomienda. Entre otras cosas, la de completar y llevar a su perfección la obra creadora. Goza para ello de entera libertad, para ejercitar sus derechos y cumplir sus deberes, implicándose en el desarrollo y progreso de la sociedad, en la que debe actuar como uno más entre sus conciudadanos.

Por ser libre, al hombre le asiste el legítimo derecho de ser feliz. Una aspiración que pasa por emplear rectamente los bienes que Dios ha puesto a su disposición. Al llegar a este punto, conviene preguntarse: ¿puedo decir de verdad que actúo con libertad y ejercito mis derechos con responsabilidad? Tal vez resulte difícil responder a esta pregunta, entre otras cosas porque hace falta saber antes qué se entiende por libertad.

La verdad es que hoy se habla mucho de libertad: en los foros políticos y económicos, en el ámbito de los medios de comunicación, en la órbita sindical, y por supuesto en las relaciones entre padres e hijos, docentes y alumnos. En nombre de la libertad se reivindicán derechos y se exigen igualdades, se protesta y se reclama justicia. A veces se hace incluso con violencia, por medio de soflamas incendiarias contra el sistema o contra lo que se juzga una injusticia. Para ello no faltan quienes maltratan, injurian y causan estropicios, esgrimiendo y amparándose en una libertad hecha a su medida. ¿Comprenden de verdad tales personas lo que significa la libertad?

Filósofos, psicólogos y antropólogos han tratado de definirla, cada cual a su manera; otro tanto han hecho políticos, economistas o empresarios. La idea de libertad que unos y otros manejan es bastante divergente en algunos casos. Y esto aunque para definirla partan de una misma realidad, pero empleando premisas en su argumentación que les llevan a conclusiones distintas y en ocasiones contradictorias. De ahí que no logren ponerse de acuerdo sobre el significado de la palabra libertad, y en consecuencia tampoco sobre lo que se entiende por *ser libre* y actuar como tal.

Bajo la bandera de libertad se han cometido y se siguen cometiendo auténticas barbaries, clamorosas injusticias. Familias y países enteros se han levantado no pocas veces en guerra unos contra otros. Y lo mismo sucede con ciertos empresarios que, cegados por su codicia, han actuado sin juicio ni cordura; so capa de libertad, han llevado al caos económico y financiero a millones de seres humanos. Recuérdese, por ejemplo, el caso aún reciente de Lehman Brothers ocurrido aquel triste 14-IX-2008. Se trataba del cuarto mayor banco de inversión de Estados Unidos. La mayor quiebra económica de la historia. Se vino abajo como víctima del monstruo que él mismo creó con el negocio de las hipotecas *subprime*, epicentro de una crisis que acabó afectando a

la mayoría de los mercados financieros. Hambre de ganancias fáciles, negocios rápidos al rebufo del *boom* inmobiliario, fruto todo ello de ambiciones viles e inconfesables. Algunos, para justificarse, recurrieron a teorías filosóficas de dudosa reputación, relativizando la verdad y haciendo pagar a justos por pecadores. En este sentido fueron bastante irresponsables. Bajo la bandera de libertad, sometieron y depauperaron con sus codicias a multitud de gente honrada, algunos sin apenas recursos económicos. ¿Es esto realmente libertad?

¿De qué libertad hablamos?

«La libertad —se lee en el *Catecismo de la Iglesia Católica*— es el poder, radicado en la razón y la voluntad, de obrar o de no obrar, de hacer esto o aquello, de ejecutar por sí mismo acciones deliberadas. Por el libre arbitrio cada uno dispone de sí mismo. La libertad es en el hombre una fuerza de crecimiento y de maduración en la verdad y en la bondad. La libertad alcanza su perfección cuando está ordenada a Dios». De otra parte, «hasta que no llegue a encontrarse definitivamente con su bien último que es Dios, la libertad implica la posibilidad de *elegir entre el bien y el mal*, y por tanto, de crecer en perfección o de flaquear y pecar. La libertad caracteriza los actos propiamente humanos. Se convierte en fuente de alabanza o de reproche, de mérito o de demérito». Y como consecuencia, «en la medida que el hombre realiza más el bien, se va haciendo también más libre. No hay verdadera libertad sino en el servicio del bien y de la justicia. La elección de la desobediencia y del mal es un abuso de la libertad y conduce a “la esclavitud del pecado” (cf *Rm* 6, 17)» (CEC 1731-1733).

J. H. Newman, que defendió con todas sus fuerzas el valor de la libertad cuando era capellán universitario de Oxford, afirma que «en este mundo no hay otra fuerza que el compromiso con la razón, ni otra libertad que sentirse cautivos de la verdad». La libertad crece en compromiso con la verdad. Así de sencillo. Pero, ¿existe tal compromiso? Porque, como decimos, se habla y se escribe mucho sobre libertad, y en su nombre se movilizan masas enteras aprovechando los conflictos del momento. Pero, ¿de qué libertad hablan, en qué libertad se apoyan? Desconectada de la verdad, la libertad desemboca en libertinaje, en un «derecho» a hacer lo que a uno más le convenga. Se deja de considerar en ese caso la libertad como un bien social y personal que debe ser protegido; la libertad que con tanta vehemencia defienden algunos, acaba justamente donde empieza la libertad de los demás.

Tan precioso es el don de la libertad, que ha de ser defendido con uñas y dientes cuando alguien intente arrebatárnosla. Sin violencia, pero con la valentía y determinación del que sabe lo que vale. Al estar relacionada con la verdad y el bien, atenta contra la libertad quien falsea la realidad de las cosas, el que confunde el bien verdadero con el falso, el que conculca con violencia los derechos del prójimo.

Desde esta perspectiva se comprende mejor que mientras la libertad edifica, el libertinaje destruye; puede llegar a destruir hasta lo más sagrado de la vida, como el derecho a vivir de toda persona, desde su concepción hasta su muerte natural. Respetar la

libertad implica por lo tanto defender la verdad y declarar la guerra a la mentira; si no, caeríamos en un relativismo galopante, en un permisivismo moral que confunde la virtud con el vicio, lo bueno con lo malo, lo noble con lo indigno. Se crece en libertad desde el amor a la verdad, desde el respeto a la dignidad de cada persona.

En su viaje al Reino Unido con motivo de la canonización del cardenal John Henry Newman, el Papa Benedicto XVI entró a fondo en lo que se entiende por verdadera libertad. Por su interés reproducimos sus palabras:

«En nuestros días, cuando un relativismo intelectual y moral amenazan con minar la base misma de nuestra sociedad, debemos recordar que fuimos creados para conocer la verdad y encontrar en esta verdad nuestra libertad última. No podemos guardar para nosotros mismos la verdad que nos hace libres; hay que dar testimonio de ella, que pide ser escuchada. En nuestro tiempo, el precio que hay que pagar por la fidelidad al Evangelio ya no es ser ahorcado, descoyuntado o descuartizado, pero a menudo implica ser excluido, ridiculizado o parodiado. Si hemos aceptado la verdad de Cristo y nos hemos comprometido con Él, no puede haber separación entre lo que creemos y lo que vivimos».

A esto se llama coherencia. Obliga al cristiano a dar ejemplo de ella, siendo ante todo consecuente con su libertad. Con sus obras debe demostrar la armonía entre la fe y la vida, entre el amor y la verdad, siempre en un ejercicio de exquisito respeto a la libertad de los demás. Proclamar la libertad y defenderla de las agresiones del relativismo, es la forma más directa y segura de proteger la dignidad de las personas. Cada hombre o mujer crecen y se desarrollan en la medida que son realmente libres; lo cual supone practicar el bien y desenmascarar con valentía la mentira que siempre destruye. Las oportunidades que pueden presentarse son muchas. Cada cual ha de estar atento para descubrirlas. En última instancia, la libertad se manifiesta en un compromiso firme con la verdad, que lleva al deseo de hacer felices a quienes nos rodean.

La verdad nos hace libres

Somos libres, con capacidad para decidir por nosotros mismos. La cuestión que se plantea está en saber si acertamos o no en las decisiones que tomamos. Unas veces erramos por desconocimiento de la realidad, otras por influjo de las pasiones, otras por caer en la comodidad. Se busca en ese caso lo que apetece, sin reflexionar si de verdad es lo que nos conviene. Como el ejercicio de la libertad es una tarea personal, cada uno ha de tomar conciencia de la responsabilidad que adquiere con sus decisiones y de la necesidad de reflexionar antes de actuar. Cuando se toman las decisiones con ponderación, se busca por encima de todo el interés general antes que el particular.

De otra parte, no basta con querer hacer el bien, los actos han de ser verdaderos. Quiere esto decir que hemos de ser objetivos en las decisiones, sin dejarnos influir por los gustos o caprichos, sopesando los pros y los contras antes de actuar. Más de una vez habremos comprobado que lo que considerábamos un «bien» no era sino fruto de la imaginación, un mero espejismo.

Afirma san Juan en su evangelio lo que había oído directamente del Señor: «La verdad os hará libres» (8, 32). Juan Pablo II comentando esta frase decía: «Estas palabras encierran una exigencia fundamental y al mismo tiempo una advertencia, la exigencia de una relación honesta con respecto a la verdad, como una condición de auténtica libertad; y la advertencia, además, de que se evite cualquier libertad aparente, cualquier libertad superficial y unilateral, cualquier libertad que no profundice en toda la verdad sobre el hombre y sobre el mundo» (*Redemptor hominis*, n. 12).

Verdad y libertad van de la mano. El deseo que alimentamos de ser cada día más libres, pasa necesariamente por un amor comprometido con la verdad. Es lo que nos permite crecer en la fe y en la esperanza, lo que da alas a la alegría y nos hace optimistas y personas de paz. Siendo libres, permaneciendo en la verdad, poco o nada han de importarnos los comentarios soeces, los vicios o la relajación del ambiente, las inmoralidades de la conducta de muchos.

Conscientes de que la verdad nos hace libres, actuemos con decisión, dando ejemplo de coherencia. No es lógico que un cristiano ceda por falta de convicción o por comodidad a los ataques de un materialismo salvaje o al permisivismo moral. «La libertad adquiere su auténtico sentido cuando se ejercita en servicio de la verdad que rescata, cuando se gasta en buscar el Amor infinito de Dios, que nos desata de todas las servidumbres», se lee en *Amigos de Dios* (n. 27). Se ha de tener la verdad como brújula de la propia conducta, y así será fácil actuar con libertad y autodominio, buscando en todo la gloria de Dios y el bien del prójimo.

La sociedad de hoy está sedienta de libertad. No hay más que echar una mirada a nuestro alrededor. Muchos la buscan, pero son pocos los que la encuentran. No es un bien que pueda adquirirse con dinero, ni es consecuencia de los pactos hechos en una mesa de negociaciones. La verdadera libertad, la que hace al hombre auténticamente libre, es un don que viene de lo alto. Es propia de los hijos de Dios. De modo directo y sin rodeos habla de esto san Pablo en su *Carta a los Romanos* cuando afirma: «La creación se ve sometida a la vanidad, no por su voluntad, sino por el que la sometió, con la esperanza de que la misma creación será liberada de la servidumbre de la corrupción para participar en la gloriosa libertad de los hijos de Dios» (*Rom 8, 20-21*).

Sin subterfugios ni falsificaciones, se ha de demostrar que somos libres. Amantes de la verdad y de la justicia. La libertad que verdaderamente libera no viene de fuera, es interna y personal. Muy distinta de esas otras liberaciones políticas o sociales. La auténtica libertad no es obra de hombres, sino de Dios. Solo Dios puede liberarnos de la mayor de las esclavitudes: la del pecado. Todas las demás son parciales, limitadas, incapaces de transformar al hombre en lo más hondo de su ser. Por eso la libertad es uno de los mayores dones que se pueden recibir; gracias a él disfrutamos del placer de ser dueños de nosotros mismos, con capacidad para amar a Dios y al prójimo.

Uso y abuso de la libertad

Una vez que se ha visto lo que significa la libertad, se ha de señalar un peligro que se

da con bastante frecuencia: el de pensar que se es dueño exclusivo de lo que se posee, marginando a los que nada tienen. Y así, presumiendo de libertad, se emplea lo que se tiene de un modo irresponsable, dejando a un lado a los que sufren marginación o algún tipo de indigencia. Se busca lo mejor en beneficio propio. La avidez que lleva a la búsqueda sistemática del propio bien, supone un abuso de la libertad, al olvidar la más elemental de las normas: la justicia y la equidad.

Junto a un uso recto de la libertad, hay otro que es claramente nocivo. No es sino consecuencia del abuso de la libertad, del «libertinaje», que por atentar contra la libertad de los demás hace a quien lo padece esclavo de sus apetencias y deseos. La libertad es un medio y no un fin, sirve para madurar como personas, para desarrollar una mayor sensibilidad hacia los demás. Esto exige respetar al orden establecido por Dios, que obliga a ayudar a los otros en lo que por justicia les es debido. El recto uso de la libertad implica por lo tanto prudencia y temperancia, dos virtudes imprescindibles para combatir el egoísmo y vivir mejor la sobriedad. Quienes por comodidad o divertimento ceden al reclamo de sus sentidos, más que actuar como personas libres, se convertirán en esclavos de sus deseos. En el fondo de tal actitud suele haber una lujuria encubierta, un afán egoísta de disfrutar sin medida prescindiendo de los otros. Tal abuso se traduce en arrogancia o prepotencia, llegando en ocasiones al despotismo. Para justificar tan perversa conducta, algunos apelan a su libertad. Y sin más preámbulos te responden: «¡Soy libre, hago lo que quiero!». No entienden que no hay verdadera libertad en quienes actúan al dictado de sus pasiones.

A pesar de esto, aunque por parte de algunos haya un claro abuso de la libertad, a nadie hemos de dar por perdido. Hay por ejemplo padres que se indignan y pierden los estribos al advertir en sus hijos costumbres relajadas o inmorales, actitudes que denotan irresponsabilidad y egoísmo, acompañadas no pocas veces de expresiones chabacanas y grotescas. No solo les ocurre a los padres. También son muchos los directores de colegios mayores o de residencias de estudiantes que se quejan de tales actitudes. Están alarmados por los devaneos y la conducta depravada que observan en algunos de los residentes, en especial los fines de semana. Hicieron todo lo que pudieron por enseñarles a ser prudentes, a administrar debidamente su libertad. Pero, como cuentan, poco o nada han conseguido.

Uno de estos directores me contaba, para ejemplificar lo que me decía, el modo abusivo de comportarse de ciertos residentes, que aún llama más la atención por tratarse de chicos universitarios. Me lo explicaba con detalle:

— No respetan los horarios establecidos, ni hacen caso a las normas que se les han dado. Entran y salen cuando les viene en gana, sin hora ni para acostarse ni para levantarse.

— El desorden en sus armarios es llamativo: junto a la ropa y zapatos aparecen apilados yogures, latas de cerveza, frutas y alimentos, que suelen llevarse del comedor, y no pocas veces hemos encontrado abandonada alguna dosis de droga.

— En el comedor se les ve pegados al móvil, su compañero inseparable. Como reciben y hacen llamadas de continuo, es difícil que logren establecer diálogo entre ellos, que se

esfuercen por dirigir alguna palabra coherente a sus compañeros de mesa. Viven pendientes de lo suyo, no aceptan que nadie se meta en sus vidas.

— Son además muy caprichosos: comen lo que les gusta, y rechazan a veces con malos modos lo que les disgusta. Como suelen quedarse con hambre, tienden a protestar y reclamar que se les ponga un menú más abundante y sabroso. Pero el caso es que, cuando se lo ponen, apenas lo prueban.

— Presumen de libertad, pero no aceptan que se les diga lo que hacen mal. Se rebelan por todo. En especial cuando se les pide que apaguen las luces, que suelen dejar encendidas, o que cierren el grifo del lavabo o de la ducha, para no gastar agua en balde...

— Mención aparte merece el hecho de que, aunque se les insiste por activa y pasiva, siguen tirando por las ventanas de las habitaciones colillas, botes o latas de cerveza, desperdicios de comida, cajetillas de tabaco vacías y otros objetos de los que deberían avergonzarse...

— Muchas de las trifulcas que se dan entre ellos se debe a los decibelios de más con los que obsequian a sus compañeros de las habitaciones contiguas: películas, música o conversaciones por el móvil a todo volumen, y eso hasta altas horas de la madrugada... Por la mañana, como es lógico, están rendidos y no tienen ganas de ir a clase.

— Ordenar los libros en las estanterías, guardar el dinero en sitio seguro, tener controlado el ordenador o el móvil, es otro de los caballos de batalla que más dolores de cabeza producen. Cuando echan en falta algunos de sus libros o apuntes, o desaparece el ordenador o el móvil que tanto querían, y no digamos cuando les birlan el dinero, en un periquete se organiza entre ellos la marimorena. Vociferan a pulmón abierto, la emprenden con los que juzgan más sospechosos, piensan mal de los que nada tienen que ver en el desaguisado.

Sí, se sienten libres, pero en la práctica son unos libertinos. Hacen lo que les viene en gana, buscan lo que les interesa, no aceptan las indicaciones que contrarían sus deseos y caprichos. Y uno se pregunta: si esto les sucede cuando son jóvenes, ¿qué les sucederá de mayores? Pero, ni antes ni después hemos de darles por perdidos. Tenemos mucho que hacer, dándoles en primer lugar ejemplo de comprensión y paciencia. Luego habrá que decir las cosas como son, abriendo horizontes de optimismo. Se puede hacer más de lo que pensamos. En el fondo, son chicos de buen corazón, pero no han aprendido a administrar su libertad y por eso abusan de ella.

No solo les ocurre a los jóvenes. También se encuentra gente mayor y con experiencia que se indignan y pierden los papeles cuando no se hace caso a sus demandas. Reivindican sus derechos, y lo hacen no con buenas maneras sino con violencia. Lo vemos en las huelgas o manifestaciones de obreros contra patronos, de funcionarios contra el gobierno, o de pensionistas contra el Ministerio... Y entre tanto, son los ciudadanos honrados quienes sin comerlo ni beberlo han de padecer las consecuencias. Un caos de lo más irresponsable, cocido la mayoría de las veces a la sombra de una pretendida libertad.

Libres y responsables

Nadie, por listo o ingenioso que sea, debe creerse en posesión de la verdad, y menos aún ha de actuar con despotismo en contra del parecer de los demás. Creerse dueño y señor absoluto de las cosas es una actitud irresponsable que provoca desorden. Cuando no se corrige, lleva a la presunción y a la arrogancia, impide el diálogo sereno y constructivo, corta las posibilidades de encontrar soluciones justas y razonables. El amor a la libertad se ha de traducir en una disposición real de diálogo, de servicio, de dominio de las propias pasiones. El que es verdaderamente libre no se impone a los demás, y menos con violencia; con la gracia de Dios puede superar toda tentación de orgullo o prepotencia.

De otra parte, hay que recordar que cada acto de libertad debe ir acompañado del correspondiente acto de responsabilidad. Libres y responsables. De lo contrario se daría pábulo a la anarquía, al caos. Responsables pues para actuar con libertad, para respetar el derecho de los demás. Esto incluye el uso responsable de los talentos o bienes que se tengan, que sirven no para satisfacer gustos o caprichos personales, sino para ayudar a cuantos padecen algún tipo de injusticia o se ven constreñidos por la falta de bienes.

Cada cual debe sentirse, en este sentido, administrador responsable de los bienes que Dios le ha dado; no para disponer de ellos como le plazca, y menos para actuar como si fuera dueño absoluto de ellos. «En el plan de Dios —lo recuerda el *Catecismo de la Iglesia Católica*—, el hombre y la mujer están llamados a “someter” la tierra (*Gen 1, 28*) como “administradores” de Dios. Esta soberanía no debe ser un dominio arbitrario y destructor. A imagen del Creador, “que ama todo lo que existe” (*Sab 11, 24*), el hombre y la mujer son llamados a participar en la providencia divina respecto a las otras cosas creadas. De ahí su responsabilidad frente al mundo que Dios les ha confiado» (*CEC 373*).

Sabemos que nuestros primeros padres gozaban de libertad plena en el Paraíso, gracias a la cual podían «someter» la tierra y dominarla, conscientes de que tan solo Dios era su verdadero Dueño. Es más, «el “dominio” del mundo que Dios había concedido al hombre desde el comienzo, se realizaba ante todo dentro del hombre mismo como «*dominio de sí*». Quiere esto decir «que el hombre se mantenía íntegro y ordenado en todo su ser por estar libre de la triple concupiscencia (cf. *Jn 2, 16*), que lo somete a los placeres de los sentidos, a la apetencia de los bienes terrenos y a la afirmación de sí contra los imperativos de la razón» (*CEC 377*).

Este plan tan maravilloso en un principio, quedó pronto truncado por el mal uso que hizo el hombre de su libertad, que le llevó a desobedecer lo que Dios le había mandado. Y así, la armonía inicial de la que disfrutaba se desmoronó dando paso a la rebeldía. No obstante, en ningún momento perdió el hombre su libertad, aunque ciertamente quedara bastante quebrantada. A partir de ese momento, le costó mucho controlar sus sentidos y dominar sus pasiones. A la felicidad inicial siguió el dolor y el sufrimiento, la enfermedad y la muerte. En lugar de dominar el mundo, se vio dominado por él, sometido a la concupiscencia de la carne, de la que se derivaron multitud de vicios, como la avaricia, la envidia o la codicia.

Tenía que pasar mucho tiempo para que el hombre recuperase la amistad con su Creador. «Al llegar la plenitud de los tiempos, Dios envió a su Hijo, nacido de mujer, nacido bajo la Ley, a fin de que recibiéramos la adopción de hijos» (*Gal 4, 4*). De este hecho tan admirable mana la fuente de la gracia, nuestra misma liberación. Recuperada la libertad y convertidos en hijos de Dios, se nos ha facilitado el camino para dominar nuestras pasiones y ser dueños de nosotros mismos, con capacidad de conjugar en primera persona la libertad con la responsabilidad. No es que las consecuencias del pecado hayan desaparecido por completo, pero sí somos ahora capaces con la ayuda de la gracia de controlar el desorden de nuestras pasiones.

Actuar a lo loco, sin otra norma que la del propio capricho, es una gran irresponsabilidad. Somos libres, es verdad, pero a nadie en su sano juicio se le ocurre por ejemplo saltarse las normas de tráfico y circular por la carretera en sentido contrario. Precisamente porque somos libres hemos de respetar y obedecer las normas de una civilizada y ordenada convivencia. No dejamos por eso de ser libres, todo lo contrario; al actuar de modo responsable potenciamos la propia libertad. Todo acto de libertad ha de ir acompañado del correspondiente acto de responsabilidad. Si no pondríamos en peligro no solo nuestra vida, sino también la de los demás. Y eso es una injusticia.

4. EL INFLUJO DE LAS PASIONES

Aunque liberado del pecado, pervive en el hombre la concupiscencia de la carne, con sus pasiones y apetitos desordenados. Se quiera o no, las pasiones ejercen un gran influjo sobre la voluntad, hasta el punto de que puede llegar a entorpecer el ejercicio mismo de la libertad. Cuando se permite que las pasiones campen por sus fueros, la conducta se siente seriamente afectada, al igual que los deseos de paz y felicidad que todos abrigamos.

La palabra «pasión» procede del griego *pathos*, que significa «padecer» o ser «afectado». Aunque su sentido es preciso, a veces ha sido objeto de interpretaciones dispares. Los moralistas, por ejemplo, emplean esta palabra para referirse a la afectividad, mientras que los psicólogos prefieren usarla como sinónima de «motivación», «instinto», «estado de ánimo», «tendencia» o «emoción», por considerar que son términos más expresivos.

Por su parte, el *Catecismo de la Iglesia Católica* cuando habla de la pasión lo hace en plural, de ahí que afirme: «El término “pasiones” pertenece al patrimonio del pensamiento cristiano. Los sentimientos o pasiones designan las emociones o impulsos de la sensibilidad que inclinan a obrar o a no obrar en razón de lo que es sentido o imaginado como bueno o como malo» (*CEC 1763*). Termina puntualizando: «Las pasiones son numerosas. La más fundamental es el amor que la atracción del bien despierta. El amor causa el deseo del bien ausente y el gozo del bien poseído. [...] «Amar es desear el bien a alguien» (Sto. Tomás de A.). Los demás afectos tienen su fuerza en este movimiento original del corazón del hombre hacia el bien. Solo el bien es amado. “Las pasiones son malas si el amor es malo, buenas si es bueno (S. Agustín)”»

(CEC 1765-1766).

Así pues, mientras las virtudes y los vicios proceden de la voluntad, las pasiones dependen de los apetitos. Esto tiene importantes consecuencias. Pues así como el gozo y el placer provienen del apetito concupiscible, es decir, de la posesión del bien amado, la intensidad que tales gozos producen depende del ardor con que se desea ese bien. Al gozo derivado de la posesión del bien sensible se suele llamar *placer*, mientras que se reserva el nombre de *alegría* para el gozo que tiene su origen en la voluntad. La alegría no procede por tanto del gozo sensual, que en ocasiones puede llegar a enajenar, sino de una voluntad verdaderamente libre.

¿A dónde nos lleva esto? Pues a afirmar en primer lugar que las pasiones son necesarias e insustituibles para el desarrollo de la vida humana. Además de influir en la conducta personal, tienen una especial resonancia afectiva en todos los actos, que mediante las pasiones adquieren una nota agradable de cordialidad y cercanía, permitiendo que la vida del hombre sea verdaderamente humana. Gracias al influjo de las pasiones, la vida adquiere como una tercera dimensión: se perciben las cosas con un relieve y colorido distinto, gracias al cual las mismas relaciones con los otros mejoran y se enriquecen, al tiempo que se canalizan y ordenan los afectos y sentimientos.

Las pasiones son pues cualidades altamente positivas, necesarias como decimos para la armonía y desarrollo de la persona. De ahí que donde la inteligencia puede verse constreñida por la lógica fría de la razón, las pasiones aportan un toque distintivo de exquisitez y elegancia. Las pasiones vienen a ser como el puente de unión entre lo racional y lo afectivo, contribuyendo a que los actos humanos adquieran el tono amable, alegre y jubiloso que hacen entrañable el trato con los demás.

La «ceguera de espíritu»

En sí mismas las pasiones no son ni buenas ni malas. Depende de la rectitud con que se empleen, del servicio que presten a la parte racional e inteligente de la persona. Puestas al servicio de la voluntad, las pasiones influyen muy positivamente en el ejercicio de las virtudes, colaborando a dignificar los sentidos y deseos. Cuando por falta de fortaleza se desordenan, los sentidos actúan a su antojo y puede llegar a producirse en el interior de la persona lo que se conoce como «ceguera de espíritu». Tal «ceguera» impide la reflexión serena, la toma prudente y responsable de decisiones. Cegados por las pasión, es fácil sucumbir al reclamo de los sentidos, por volvernos volubles, inconstantes y perezosos.

¿Cómo no capitular ante lo que la imaginación presenta como apetecible? En primer lugar, como es obvio, poniendo orden en las pasiones, dándoles el papel que les corresponde. Si por desidia, pereza o comodidad lo dejáramos para más tarde, aparecería muy pronto la lujuria, la glotonería y el afán inmoderado de placeres. En esa situación uno puede quedar sumido en la perplejidad. Se sabe lo que se debe hacer, pero por influjo de las pasiones se termina cediendo a los caprichos, con lo que se da paso a la amargura y la impotencia. Puede que aparezca la irritación, la indignación y el

pesimismo, por ver la vida como un sinsentido. Para algunos ha sido el comienzo de su adicción a las redes sociales, a dejarse enganchar por un placer que no controlaban, con el riesgo de caer más tarde en el consumo de drogas, en la ludopatía o en los placeres de baja estofa. Cegados en su espíritu, hombres y mujeres han acabado desliziéndose por el plano placentero de la sensualidad o de la lujuria, dejándose enganchar por esos «placeres».

La «ceguera de espíritu» vuelve opaca el alma, la deja sin capacidad para distinguir el verdadero del falso bien. El que se mueve al dictado de sus pasiones, al compás de sus gustos y caprichos, es muy difícil que pueda captar el sentido de la vida, el fin para el que las cosas fueron creadas. La ceguera de espíritu es como una falta de oxígeno para respirar; el alma se vuelve mustia y termina acobardada y sin fuerzas. Y así, languidece la esperanza y aumenta el pesimismo. Cuesta mucho entonces oír la voz de la propia conciencia; se prefiere mirar para otro lado y elegir lo que resulta más cómodo o lo que mayor placer reporta. Con esto se mancilla el verdadero placer, que se vende por un mísero plato de lentejas.

Libre, lo que se dice libre, solo puede serlo la persona enamorada de Dios, la que tiene agallas para defender la verdad y preservar puro su corazón. Estas personas, llenas de decisión y valentía, son capaces de plantar cara a la ambición y a la avaricia, libres de toda esclavitud y dependencia. Todos podemos conseguirlo. Mediante el cultivo constante y sincero de las virtudes, entre las que destaca con luz propia la humildad. Con ella se capta la verdad, de paso que se reconocen los propios errores. Si falta la humildad, ni se rectifica ni se actúa con libertad.

La virtud de la humildad requiere por parte de la persona silencio interior, para escuchar y entrar en sintonía con Dios, fuente de la Verdad. Se descubre entonces con luz nueva la existencia de una ley que uno no se dicta a sí mismo, sino que procede de Dios. Gracias a ella se descubre el verdadero bien, abriendo el alma a una conversión y transformación sincera, que llena de gozo y de alegría.

Sentimientos y emociones

Como hemos dicho, las pasiones son necesarias para un ordenado y correcto comportamiento humano. Las pasiones «son componentes naturales del psiquismo humano, constituyen el lugar de paso y aseguran el vínculo entre la vida sensible y la vida del espíritu. Nuestro Señor señala el corazón del hombre como la fuente de donde brota el movimiento de las pasiones (cf. *Mc 7, 21*)» (CEC 1764).

La influencia de las pasiones determina en buena parte la conducta humana, de ahí que deban ser gobernadas por la razón. El deseo de poseer, de ser feliz, es bueno cuando somos dueños de nuestros propios actos y actuamos con responsabilidad. Pero, cuando el deseo de gozar está fuera de control, las pasiones pueden ser nocivas por entorpecer el dominio de los sentidos. En ese caso, hasta lo bueno puede convertirse en malo. Lo explica así Máximo el Confesor, en *Centurias sobre la caridad*, cuando afirma: «No son malos los alimentos, sino la gula; no la procreación de los hijos, sino la fornicación; no

las riquezas, sino la avaricia; no la gloria, sino la vanagloria. Si es así, ninguno entre los seres es malo, a no ser el abuso que viene de la negligencia del intelecto en cultivarse a sí mismo».

De las pasiones derivan los sentimientos y también las emociones, imprescindibles ambos para que nuestros actos sean auténticamente humanos. Los sentimientos suelen dejar una huella profunda en el corazón, se asientan en lo más profundo de la persona. Las emociones, en cambio, son someras, algo superficiales. Es verdad que a través de ellas se pueden adquirir buenos sentimientos. Existen personas, por ejemplo, que se emocionan con gran facilidad contemplando un bello atardecer, o escuchando una sinfonía de Mozart o de Beethoven, o exhalando el aroma de una rosa o la fragancia del azahar; igualmente se emocionan los que después de años se encuentran con un viejo amigo. Todas ellas son emociones buenas, aunque sean por lo general efímeras, pasajeras: lo mismo vienen que se van, apenas dejan huella. Otro tanto puede decirse de los afectos. Surgen del trato con alguien, de su proximidad. Pero, como ocurre con las emociones, también los afectos suelen ser pasajeros. La lejanía o la falta de trato terminan por enfriarlos y pueden llegar a desaparecer.

Los sentimientos, por el contrario, permanecen. Por ser más hondos, perduran, dejan una huella grande en la vida de las personas. De ahí que deba concedérsele un gran valor, ya que gracias a los sentimientos podemos mantener con los amigos y conocidos en general un trato cordial, alegre y optimista. Sin ellos, nuestra existencia sería un tanto triste, experimentaríamos un gran vacío interior. ¿A qué se debe? La explicación es sencilla: «La perfección moral consiste en que el hombre no sea movido al bien solo por la voluntad, sino también por el sentimiento, según las palabras del salmo: “Mi corazón y mi carne gritan de alegría hacia el Dios vivo”» (CEC 1770).

Los sentimientos tienen una estrecha relación con el corazón. El corazón es considerado en la Biblia como el centro de la vida psíquica, tanto en su aspecto natural como sobrenatural. Del corazón, por ejemplo, procede la tristeza y la alegría, el valor y el desánimo, la emoción y los mismos sentimientos. Es asimismo asiento de la vida intelectual, ya que según el modo de hablar de la Escritura, el corazón piensa, tiene ideas, de él dependen las actitudes de fe y de duda, de sabiduría y de necedad, de diligencia y de pereza, de luminosidad y de ceguera. El corazón es por tanto el centro de la vida volitiva y moral, y también de la confianza y del amor a Dios, sede por último de la misma morada del Espíritu Santo.

Todo ello obliga a conjugar corazón y sentimientos, ya que del equilibrio que entre ambos se dé depende la madurez de la persona, su equilibrio físico y mental. Sin corazón, sin sentimientos, el hombre se convertiría en una máquina, en un robot, que ni siente ni piensa ni ama. Ahora bien, siendo los sentimientos tan importantes para la vida afectiva, no constituyen sin embargo la instancia última de nuestras decisiones. Quien se dejara llevar del sentimiento a la hora de tomar sus decisiones, se guiaría por lo que en ese momento *siente* y no por lo que, en conciencia, sea lo mejor; es decir, obraría de acuerdo con sus gustos y caprichos, no con lo que dicta la recta razón. Esto explica que algunos, por falta de reflexión, se dejen llevar de un *sentimentalismo* incapaz de fundar

una conducta recta moralmente hablando. El «sentir» no puede condicionar el obrar, se actuaría entonces tan solo cuando *se siente*, y se dejaría de hacer lo que se debe porque *no se siente*. La voluntad quedaría así seriamente viciada a causa de un sentimentalismo irresponsable y ramplón.

De ordinario, el sentimentalismo se nutre de emociones y afectos pasajeros, de reacciones impulsivas e inconsistentes, suele estar sujeto a los cambios bruscos del temperamento, por lo que convierte a las personas en títeres de sus apetencias y deseos. Al moverse la persona sentimental por lo que *le gusta o apetece*, nada le importa si acierta en su elección, ni le preocupa que sus decisiones sean correctas. Su relación con la verdad se ve empañada u oscurecida por influjo de sus pasiones. El sentimental llega a transformar la verdad en mentira, el amor en amorío, la felicidad en mero placer sensual. Al confundir el amor con el sentimiento, se queda como vacío en su espíritu, sin voluntad ni ganas para el sacrificio que exige el verdadero amor.

Amar es más que sentir

Con demasiada frecuencia suelen confundirse estos dos verbos: amar y sentir. El verdadero amor nada tiene que ver con el simple sentir. Gran parte de las frustraciones tienen su origen en este error. El amor exige entrega, sacrificio y renuncia, como demostración de que realmente se ama. A la hora de actuar, se podrá sentir o no. Pero, cuando se sabe lo que significa amar, se mantiene por encima de todo la fidelidad a la persona amada, dispuestos a entregar la propia vida. Es una fidelidad que depende del amor, no del sentimiento. Como lo es el amor de una madre hacia sus hijos. Podrá sentirlo o no, pero cuida de los suyos aun cuando no «sienta» nada, aunque no le reporte ningún placer sensible. Olvidada de sí, está dispuesta a darlo todo porque ama, aun exponiendo su propia vida.

Puede ilustrar lo que digo un suceso ocurrido hace ya tiempo en un pueblo andaluz. Se trata de un matrimonio que había celebrado con mucha ilusión el nacimiento de su quinto hijo. La alegría les duró poco. Unos cuantos días después del nacimiento del niño le diagnosticaron una enfermedad de difícil curación: cirrosis hepática congénita. El padre de la criatura, obrero de la construcción, se quedó perplejo, muy triste y desconsolado. Carecía de medios para trasladar a su hijo a un hospital de Madrid donde, según le habían asegurado, podrían curar a su hijo. No sabía qué hacer. Necesitaba un dinero que no tenía. Por muchas vueltas que le daba, veía cerradas todas las puertas.

En el pueblo, entretanto, había corrido la noticia con rapidez. La gente se volcó con esta familia haciendo suyo su problema. Arengados por el alcalde decidieron hacer una colecta popular. En poco tiempo, de modo increíble, lograron recaudar el dinero necesario para trasladar al niño en helicóptero a Madrid. Con él fue su madre, que lo llevaba en brazos entre lágrimas y súplicas al Señor y a la Virgen. Hijo y madre volaron aquel día por primera vez.

En la terminal del aeropuerto los esperaba una ambulancia. De inmediato trasladaron la criatura al quirófano. Operación larga, difícil y complicada. Cuando acabó, el doctor

comunicó a la madre que la situación de su hijo era muy delicada. Ese mismo día lo trasladaron a la UCI. Por la parte de fuera, en el banco frío de un pasillo, tomó asiento la madre. Día y noche permanecía a los pies de la cama de su hijo, al que podía ver por un ventanal. El médico la veía cuando pasaba para ver a sus pacientes. Un día, intrigado, le preguntó: «Señora, ¿usted cuándo duerme, cuándo come?». «No necesito nada, doctor —le replicó ella—, lo único que deseo es que mi niño se ponga bueno».

Al cabo de unos días la madre abordó al médico para preguntarle por la evolución de su hijo. «Mire, señora, está muy malito, todas sus constantes vitales están alteradas». Ella se limitó a preguntarle: «Perdone, doctor, ¿no podría hablar con mi niño?». El médico se quedó en un primer momento desconcertado. ¿Cómo podía aquella mujer hablar con una criaturita tan pequeña? No obstante, accedió a su petición. Le facilitó un teléfono por el que pudo comunicarse con la UCI. Nada más recibirlo, comenzó a tararearle al niño una nana, la que solía cantarle para dormirlo. Al niño le habían colocado previamente un auricular en el oído. El médico lo observaba todo sin salir de su asombro. Mientras la madre cantaba, él miraba de reojo el panel de control. Hasta ese momento, el niño se había mostrado sumamente inquieto y nervioso, lloraba desconsoladamente. Pero, tan pronto como el niño oyó la voz de su madre, sus constantes comenzaron a normalizarse; dejó de llorar y poco después se quedó dormidito.

El médico, que había contemplado en silencio la escena, se resistía a dar crédito a lo que veía. Al final, se limitó a hacer un comentario escueto pero profundo: «Reconozco que lo que la ciencia médica no podía lo ha conseguido el amor de una madre».

A partir de ahí el niño inició una rápida recuperación; a los pocos días le dieron de alta. Madre e hijo regresaron al pueblo. Alegría enorme en la familia, y también en los vecinos y en todos cuantos estaban al tanto de lo ocurrido. La madre respondió con gusto a las preguntas que le hacían. Solo tenía palabras de agradecimiento para el pueblo y para cuantos los habían ayudado, y por supuesto para el médico, hacia el que se deshacía en elogios. No se refirió para nada a sí misma, a las penas y sufrimientos que pasó. No le daba importancia, amaba con locura a su hijo y por él y su curación sufrió y estaba dispuesta a sufrir cualquier tipo de sacrificio.

Ante experiencias como esta, cabe preguntarse: ¿qué movió a esta madre a pasarse días enteros sin comer ni dormir junto a la cama de su hijo? ¿Qué es lo que sintió? Si de verdad «sintió» algo debió ser hambre y sueño. Pero como amaba a su hijo, ese amor estaba muy por encima de sus sentimientos. Se dio del todo sin esperar nada a cambio. Nada había para ella más importante que su hijo. ¡Qué equivocados andan los que se prometen amor y se echan atrás en cuanto aparecen las primeras dificultades! Se mueven por el sentimiento más que por el amor, más por lo que puedan recibir que por lo que puedan dar. Sin amor, sin corazón, resulta muy difícil darse de verdad, llegar al olvido de sí. No puede hablarse de verdadero amor cuando no se está dispuesto a sufrir por la persona amada.

Ama el que, por encima del sentimiento, se da del todo sin esperar nada, el que sirve sin pretender ser servido. Todo lo demás es simulacro, hipocresía, disimulo, apariencias

de amor, sentimentalismo egoísta. ¡Cuántos malos ratos se ahorrarían algunos y algunas si se dieran de verdad, si olvidados de sí se dispusieran a servir sin esperar recompensa!

¿Sentir? ¿Amar? Poner el corazón, darse por entero, ese es el camino. Sin llamar la atención, sin pasar factura. Para quien vive de fe, sabemos bien que el modelo es Jesucristo. En él se han mirado a lo largo de la historia y se siguen mirando muchas personas santas. Una de ellas, san Josemaría, como fruto de su relación personal con el Maestro, dejó escrito en *Surco* (n. 813) esta preciosa oración que puede ayudarnos a entender el verdadero sentido del amor.

*¡Gracias, Jesús mío!, porque has querido
hacerte perfecto Hombre,
con un Corazón amante y amabilísimo,
que ama hasta la muerte y sufre;
que se llena de gozo y de dolor,
que se entusiasma con los caminos
de los hombres, y nos muestra
el que lleva al Cielo;
que se sujeta heroicamente al deber,
y se conduce por la misericordia,
que vela por los pobres y por los ricos;
que cuida de los pecadores y de los justos...
¡Gracias, Jesús mío, y danos un corazón
a la medida del Tuyo!*

Pidámosle al Señor sin miedo un corazón grande, que sienta y ame de verdad, que sea compasivo con los que sufren y misericordioso con los que se sienten incomprendidos, que se entregue con generosidad a un servicio pronto y desinteresado. El corazón es el centro neurálgico de nuestras acciones y pensamientos. De él proceden el amor y el sacrificio, el dolor y la alegría. En tiempos del exilio de Babilonia, viendo el Señor que su pueblo andaba triste y afligido por sus pecados, quiso consolarles abriéndoles una luz a la esperanza. Por medio del profeta Ezequiel les anuncia: «Os daré un corazón nuevo y pondré en vosotros un espíritu nuevo; os arrancaré ese corazón de piedra y os daré un corazón de carne» (36, 26).

Comentando este texto, se lee en *Es Cristo que pasa*: «Fijaos en que Dios no nos declara: en lugar del corazón, os daré una voluntad de puro espíritu. No: nos da un corazón, y un corazón de carne, como el de Cristo» (n. 166). No seríamos buenos cristianos si no amáramos con un corazón grande y enamorado, semejante al de Cristo. Esto significa que hemos de aprender a integrar sentimientos y afectos, amor y servicio. Imposible para el que, por desafección, rechaza la entrega y el sacrificio. El Señor bendice a las personas de corazón grande, a las que demuestran su amor con las obras. «Dichosos los que con un corazón noble y generoso guardan la palabra de Dios y dan fruto» (Lc 8, 15). No alguna que otra vez, sino de continuo, un día tras otro, con la ilusión de la primera vez, poniendo alma y corazón.

[1] Corriente ideológica de tipo político y social nacida en Inglaterra en 1780 con J. Bentham y difundida por J. Stuart Mill en el siglo XIX. El concepto de utilidad lo toma esta corriente de la ciencia económica de su tiempo. Útil es todo lo que puede satisfacer una necesidad. Con lo que el sumo bien humano se identifica con la utilidad, y esta a su vez con el placer sensible y material.

III. CON EL RUMBO PERDIDO

1. EL «PORQUE ME APETECE»

Hemos partido del hecho de que todos los hombres sienten una tendencia natural a ser felices. Para conseguirlo, algunos estarían dispuestos a darlo todo, aun a costa de su misma fama. A estas personas las caracteriza su ambición y avaricia, su falta de equilibrio y ecuanimidad, su deseo de placeres. De ahí que no pocas veces para alcanzarlos prescindan hasta de las normas más elementales de moralidad. Por encima de todo, quieren disfrutar, ser felices, pasarlo bien.

Este modo de pensar lleva aparejado casi siempre una respuesta sorda a las exigencias de la conciencia. No se la escucha porque ante todo se quiere hacer lo que gusta y apetece. Si preguntamos a algunas de estas personas por qué actúan así, suelen responder con un lacónico: «porque me apetece». Una respuesta infantil con la que tratan de justificar su comportamiento irresponsable, debido casi siempre a un concepto falso de libertad.

El «porque me apetece» no es una respuesta razonable, y menos para el que quiere ser coherente con su fe. Pero la coherencia es casi imposible para el que de antemano ha claudicado y cede a sus gustos y caprichos, dejándose dominar por su falta de lucha. ¿Cómo va a dar una explicación «razonable» el que es cómplice de sus pasiones? El simple «porque me apetece» desacredita a quien lo pronuncia, por la carga de subjetividad que lleva implícito y el grado de incoherencia que manifiesta. Cuando se carece de un referente moral, es fácil dejarse deslizar por la cuesta abajo de la sensualidad o la lujuria. Recurrir entonces al «porque me apetece» es querer justificar lo injustificable. Y lo peor es que quienes responden de esa manera presumen de libertad, aunque en modo alguno están dispuestos a pechar con las consecuencias de sus actos.

No es una simple apreciación. En la vida real se puede comprobar con relativa facilidad. Se observa en gentes muy próximas, de nuestro entorno. En contra del parecer y de las sugerencias de los más prudentes, los hay que se empeñan por orgullo o vanidad en hacer lo que les apetece. Y terminan por lo general decepcionados y tristes, desencantados por no haber aceptado un consejo a tiempo y ver cómo se les escapaba tontamente la felicidad. El «porque me apetece» es una respuesta irreflexiva que denota inmadurez, sometimiento, esclavitud.

Lo que de verdad libera es poder dar una explicación razonable de los propios actos. No es fácil. Entre otras cosas porque es más cómodo hacer lo que apetece sin tener que dar explicaciones a nadie. Ciertamente las consecuencias no suelen hacerse esperar. No solo en el plano familiar o profesional, sino también, y esto es lo más grave, en todo lo

relacionado con la propia salud física o moral.

Desde hace años se ha puesto de moda en Occidente el culto al sol, como si hubiéramos regresado de pronto al antiguo Egipto. Constituye todo un espectáculo ver *in situ* o por televisión, en playas canarias o mallorquinas, en la Costa del Sol o en las calas catalanas, miles de cuerpos de hombres y mujeres estáticos, de cara al sol, bronceando su cuerpo para sentirse mejor. Si se les pregunta por qué lo hacen, te despachan con cierto desaire con un simple «porque me apetece». Si les pones cara de sorpresa, te lo reprochan con un «¡a ti qué más te das, es mi cuerpo!». Y como si fuera lo más natural del mundo, siguen bronceándose plácidamente, dejándose acariciar por el astro solar con total fruición y desenfado. ¿Conocen estas personas el significado del pudor y la modestia? No les vendría mal aprenderlo, sobre todo por las consecuencias no solo físicas sino también morales que arrastran.

Como se trata de gente a quienes suele quedarles mucho tiempo libre, sobre todo en época de vacaciones, se les plantea el «problema» de cómo llenar ese tiempo para no aburrirse. Y bien solos o en compañía de otros se dedican a pasar de chiringuito en chiringuito, de un bar a otro, tomándose una copita de vino, de licor o, si está al alcance de su bolsillo, un güisqui o una ginebra, con el fin de saciar su «sed». Lo hacen «porque les apetece». No se paran a calibrar las consecuencias de tal conducta. Ignoran por lo general que la mezcla de sol y alcohol puede resultar explosiva. Se llegan a producir quemaduras en la piel que provocan no solo envejecimiento, sino también en casos extremos cáncer de piel o melanoma. Se dice que palos con gusto no hacen daño. Pero el daño, se quiera o no, ya está hecho. Ellos o ellas no le dan importancia. Lo único que les interesa es disfrutar, dar al cuerpo cuanto les pida. Aun a costa de la salud o de la misma vida.

Esta manera de comportarse ha calado también en los más jóvenes. A ejemplo de los mayores quieren disfrutar de todo, hacer lo que les apetece, pasarlo bien. Y terminan, también ellos, aficionándose a la bebida. Primero tal vez sea una cerveza, luego un güisqui, más tarde un ron o una ginebra, para ir poco a poco aumentando la ingesta hasta llegar a la borrachera. No satisfechos aún, los hay que se lanzan a experimentar con sustancias más fuertes: un porro o un cigarrillo de marihuana, para dar paso más adelante a drogas más fuertes como el hachís, la cocaína o la heroína, convencidos de que vivirán experiencias sublimes, únicas, fascinantes.

Lo grave del caso es que ni se arrepienten ni rectifican. Al contrario, algunos se pavonean de modo insensato e irresponsable de sus andanzas, alegando que les compensa por lo bien que se lo pasan. No aprovechan sus fallos y errores para sacar experiencia, y continúan actuando con gran insensatez, como si la cosa no fuera con ellos. En su fuero interno presumen de libertad, pero la verdad es que se hacen esclavos de sus gustos y deseos. El «porque me apetece» irreflexivo que pronuncian se acaba volviendo en su contra: en forma de dolores de cabeza, de dolencias estomacales o hepáticas, de trastornos psíquicos, de desequilibrios mentales...

Junto con la bebida, suelen abusar también de la comida: comen más de lo que necesitan. Ellos y ellas caen fácilmente en la gula, con sus secuelas de pesadez de

estómago, dificultad para razonar, falta de concentración, cansancio o insomnio... Su falta de autodominio les lleva al permisivismo y al desorden, por lo que cada vez se dispara más su sensualidad y el deseo de placeres voluptuosos. Si se les pide que razonen por qué actúan así, te dicen que no lo saben. Pero, por obstinación y cabezonería, quieren imponer a toda costa su propio criterio, salirse con la suya. Y por eso hacen lo que les apetece, sin importarles ni la gordura, ni las dolencias estomacales, ni la pesadez mental, ni los insomnios..., y menos la repercusión que todo ello puede tener en su propio espíritu. Comen y beben cuanto quieren, engordan por falta de ejercicio físico, y como no quemar calorías corren el riesgo de sufrir una enfermedad cardiovascular. «Beber sin medida, disfrutar de todo», era el eslogan aireado por unos jóvenes suecos el pasado verano; en realidad, podrían haberlo adoptado otros muchos jóvenes de cualquier otro país.

No se trata ni mucho menos de despreciar el cuerpo. Lo hemos de cuidar, por exigencia de la naturaleza. Así lo manda expresamente el quinto mandamiento del Decálogo. Ahora bien, aunque «la moral exige el respeto de la vida corporal, no hace de ella un valor absoluto. Se opone a una concepción neopagana que tiende a promover *el culto del cuerpo*, a sacrificar todo a él, a idolatrar la perfección física y el éxito deportivo. Semejante concepción, por la selección que opera entre los fuertes y los débiles, puede conducir a la perversión de las relaciones humanas.

»La virtud de la templanza conduce a evitar toda clase de excesos, el abuso de la comida, del alcohol, del tabaco y de las medicinas. Quienes en estado de embriaguez o por afición inmoderada a la velocidad, ponen en peligro la seguridad de los demás y la suya propia en las carreteras, en el mar o en aire, se hacen gravemente culpables» (CEC 2289-2290).

Nadie en su sano juicio se atreve a poner en riesgo su salud. Otra cosa es que hasta de la salud se ha de estar desprendidos. Si cuidamos el cuerpo es para estar sanos y poder amar a Dios y servir al prójimo. De un libro sapiencial, el *Sirácida*, procede esta sabia reflexión: «Vale más pobre sano y fuerte que rico lleno de achaques. Salud y vigor valen más que todo el oro, un cuerpo robusto más que una inmensa fortuna. No hay mejor riqueza que la salud del cuerpo, ni mayor felicidad que la alegría del corazón» (30, 14-16).

Una reflexión que puede servirnos para entender lo que es la verdadera felicidad. No se alcanza esta dándole al cuerpo todo lo que pida, sino lo que contribuya a mejorar su salud, vigor y resistencia física. Incumpliría ese deber el que, por insensatez, se dedicara a jugar con lo que puede perjudicarle, dejándose llevar de sus caprichos y apetencias.

No todo lo que apetece conviene

Cuando a la embriaguez se une la glotonería, es normal que se desate la libido y aparezca la obsesión por el sexo. Se puede dar tanto en personas mayores como en gente joven. De la falta de control de los sentidos derivan las ofuscaciones y los deseos

sensuales. ¿Cómo hacerles frente? En lo posible hay que aprenderlo desde pequeños. En este sentido tienen una gran responsabilidad padres y educadores. Los chicos necesitan que se les enseñe a dominar sus deseos y apetencias, a administrar su libertad, con orden y disciplina. No es bueno que se pasen el día «chateando» con los amigos por *Facebook*, *tuiteando* o mandando mensajes por *Whatsapp*. Esto, además de hacerles perder el tiempo, les restará fuerza para sujetar la imaginación y controlar sus sentidos. Si logran aprovechar el tiempo y poner orden en sus sentidos, les resultará más fácil distinguir lo que les conviene de lo que les perjudica. Es un auténtico despropósito que apelen al «porque me apetece» para justificar sus desvaríos. Una frase tan imprudente como irresponsable, que cuanto antes deberían eliminar de su vocabulario.

Hay cosas buenas y lícitas de las que se puede disfrutar sin ningún problema. Pero, basta un mínimo de sensatez, para saber que no todo lo que apetece conviene, aunque se trate de algo bueno. Si los chicos lo tuvieran presente, no se lanzarían a lo loco en busca de lo que les entra por los ojos; reflexionarían y se evitarían muchos disgustos. De ahí la importancia de que se pregunten antes de decidirse por algo: «¿Esto que tanto me gusta y apetece es realmente lo que «me conviene»?». «¿Si doy a ciegas satisfacción a mis gustos y caprichos maduraré como persona?». Son dos preguntas sencillas que pueden servirles para reflexionar y actuar con prudencia, sin atolondramiento. Los que de modo imprudente dan rienda suelta a sus deseos sensuales y le dan al cuerpo lo que les pide, por lo general suelen acabar asqueados, decepcionados y tristes. Esto explica sus reacciones bruscas y extemporáneas, su mal genio, sus explosiones de ira o sus comentarios hirientes.

No es exclusivo de nuestro tiempo. Ya en tiempos de san Pablo sucedía algo parecido. En su *Carta primera a los Corintios* advierte el Apóstol: «“Todo me es lícito”, pero no todo me conviene. “Todo me es lícito”, pero no me dejaré dominar por nada. “Los manjares para el vientre y el vientre para los manjares“. Pero al uno y al otro los destruirá Dios. Además, el cuerpo no es para la fornicación, sino para el Señor, y el Señor para el cuerpo» (6, 12-14).

Las palabras del Apóstol siguen resonando hoy con especial fuerza. La cuestión que plantea, aunque en su origen pueda tener causas muy diversas, convergen todas en un mismo punto: la falta de autodomínio, el descontrol de los sentidos, la comodidad y el aburguesamiento. Lo cual lleva a ceder sin lucha a los reclamos de la concupiscencia, a disfrutar sin límite de infinidad de deseos voluptuosos. Como ayer, también hoy. Caen en esos vicios cuantos paradójicamente proclaman a voz en grito que son libres. Y no precisamente para hacer el bien, sino el mal al que se sienten inclinados por su concupiscencia. Bajo el eslogan del «todo me es lícito», en realidad tratan de ocultar su cobardía, su falta de voluntad para combatir el desorden de sus pasiones. Es más cómodo dejarse llevar por los instintos que plantarle cara a la sensualidad.

¿Qué consecuencias tiene este desorden? Para los que todo lo dan por bueno con tal de satisfacer sus deseos, tanto el comer como el beber, como también los deseos carnales, carecen de connotación moral. Lo argumentan diciendo que la relación entre los manjares y el estómago es puramente natural. El estómago para los manjares, y los

manjares para el estómago; parecen desconocer que tanto los manjares como el estómago son limitados, perecederos. Los defensores de tales principios abogan por declarar lícito e incluso beneficioso cuanto se relaciona con el gusto y los deseos carnales. Lo contrario —dicen— es entrar en distingos pueriles pasados de moda.

Llegados a este punto, hemos de retomar el razonamiento del Apóstol. Él toma como punto de partida para demostrar que «no todo conviene», la dignidad del cuerpo humano. Explica que las apetencias naturales, aun siendo buenas, tienen un límite. No es correcto decir que todo lo que apetece conviene. El instinto sexual, por ejemplo, a semejanza del de comer o beber, tiene un límite impuesto por la naturaleza que en ningún caso debe traspasarse. Quiere decir esto que la fornicación, por mucho que se la vista de seda, nunca será lícita. Algunos protestan y esgrimen en su favor, para justificarla, el irreflexivo «porque me apetece». Pero la verdad es que se mire como se mire, la fornicación es un auténtico desorden, un atentado contra la misma naturaleza.

A partir de un enfoque natural, san Pablo pasa a razonar su postura a la luz de la fe, según la dignidad que caracteriza al cristiano. Tanto el cuerpo como el alma del bautizado han sido santificados por la gracia. El cuerpo se convierte desde ese momento en templo y morada del Espíritu Santo. Siendo esto así, ¿puede un cristiano consecuente con su fe atreverse a entregar su cuerpo a la fornicación?

Dignidad del cuerpo humano

Miembro vivo del cuerpo de Cristo y hecho morada del Espíritu Santo, el cristiano goza de una categoría única. Sería de lo más incongruente si por dar gusto a sus sentidos mancillara la dignidad de su cuerpo. No faltan quienes, para impugnar que pueda darse un comportamiento deshonesto, argumenten que todo placer es lícito, y lícita también —según ellos— la decisión de entregar el cuerpo a los placeres de la carne, aun cuando para ello haya de recurrirse a los servicios de una prostituta.

Es una falacia acudir como defensa de tal argumentación a la antigüedad griega. El Apóstol, en el texto citado, habla ciertamente de «prostitutas». Pero lo hace de modo figurado o metafórico, pues en realidad se refiere a «las hieródulas», unas esclavas-prostitutas que se dedicaban a servir en el templo de Afrodita en Corinto. La unión del hombre con ellas se consideraba como un símbolo de la participación con la divinidad a la que ellas representaban. En este contexto es en el que san Pablo atribuye un carácter «religioso» a la fornicación, debido a la unión de estas divinidades con el hombre, que les hace ser «su mismo cuerpo», «su misma carne».

Con tal imagen, el Apóstol trataba de desacreditar la argumentación que se había creado en torno a las hieródulas. Si él la emplea es justamente como antítesis, para subrayar los efectos nocivos a los que pueden conducir tales desmanes. De ahí que afirme con total rotundidad que la fornicación, cualquiera que sea, prostituye el cuerpo y lo rebaja a la categoría de puro animal. En el libro del *Génesis*, el matrimonio se define como la unión de un hombre con una mujer, por medio de la cual ambos se convierten en «una sola carne». La expresión «carne» en este caso tiene un sentido moral. El Apóstol,

en cambio, al referirse a la «carne» lo hace en sentido peyorativo, como objeto de prostitución; considera la carne en este caso como enemiga del espíritu. La síntesis última de su argumentación viene a ser esta: la pasión carnal desordenada supone una ofensa a Dios y contra el propio cuerpo, más grave que la embriaguez o la glotonería. La explicación es esta: en la fornicación es el propio cuerpo el que se profana por ser templo del Espíritu Santo. Desde esta perspectiva se comprende que dar rienda suelta a las pasiones carnales es un auténtico desorden. El cristiano se convierte por el bautismo en criatura nueva, destinado a compartir con Cristo su muerte redentora. Él pagó un alto precio por nuestro rescate. ¿Vamos nosotros ahora a prostituir nuestro cuerpo? Responderíamos al amor de Cristo con un beso traicionero, más falso que el de Judas.

Se ha de respetar el orden de la naturaleza. Atentar contra él, por sensualidad o lujuria, no es solo ofender a Dios, sino rebajarse uno a sí mismo como persona. Las consecuencias de tal actitud son bien conocidas: disminuye o se pierde la gracia, se deterioran las potencias, se produce un desorden en la misma inteligencia y en la voluntad, se pervierten los sentidos. ¿Qué hacer para volver a la amistad con Dios? En el fondo, es algo más que curar unas simples heridas; es preciso insuflar de nuevo la gracia divina para revitalizar el alma y llenarla de fortaleza. Lo cual requiere una conversión sincera, la purificación del alma mediante el sacramento de la Penitencia. Se trata nada menos que de volver a nacer, para que renovados por la gracia podamos poner orden en los deseos carnales. Si es sincera esta conversión, se entra en sintonía con Dios, y se es fiel y obediente a sus mandatos e inspiraciones.

Los deseos de disfrutar son buenos cuando se ordenan a la gloria a Dios y al servicio del prójimo. No hemos de olvidar que tenemos un alma espiritual de cuyas obras antes o después hemos de dar cuenta. Y es fácil perder el rumbo cuando el espíritu se queda atrapado por la ambición o la codicia. Para evitarlo, viene bien recordar la parábola del rico insensato (*Lc 12, 16-31*). Como sabemos, este hombre había recogido ese año un gran cosecha, y se propuso disfrutar de placeres y goces sin medida. Satisfecho de sí mismo, se dijo: «Descansa, come, bebe y pásalo bien». La insensatez de su modo de pensar pone claramente de manifiesto la vanidad de sus planes. Se equivocaba al pensar solo en su cuerpo y en los disfrutes carnales, olvidando su alma, que era lo más importante. Quizá por eso no esperaba recibir de Dios tan duro reproche: «¡Insensato!, esta misma noche te pedirán tu alma. Y lo que has preparado, ¿para quién será?».

La parábola acaba con una moraleja: «Así es el que atesora para sí y no es rico ante Dios». Una lección que no debería olvidar el hombre de hoy, empeñado en dar satisfacción a su cuerpo mientras con gran facilidad olvida su alma, necesitada también de un especial alimento. Quien posea bienes de este mundo debe esforzarse por ver en ellos una oportunidad de servir; de esta forma será cada día más libre y no sucumbirá al afán de gastar de modo compulsivo.

2. SE GASTA POR CAPRICHOS

Al cuerpo se le ha de dar lo que necesita. Comida, vestido, descanso y diversión, sin

lujo ni ostentación, con templanza y sobriedad, del modo más justo y razonable posible. Lo contrario sería subvertir el orden de las cosas, con el riesgo de que por su efecto multiplicador se dispare la sensualidad, siempre ávida de placeres. Algo que desdice a todas luces del estilo que debe regir la conducta del cristiano.

No hace mucho, la agencia Albal publicó un estudio para el proyecto *Save Food*. En él daba algunos datos estadísticos que ponen de manifiesto lo que desperdiciamos en alimentos. Los europeos, por ejemplo, llegan a tirar hasta el 20% de los alimentos que compran. En el caso de España, la cifra se eleva nada menos que a 2,9 toneladas de desperdicios al año. Entre las comunidades autónomas, Madrid va a la cabeza con la sorprendente cifra en euros de dos mil millones. Quiere esto decir que cada madrileño desecha al año alrededor de 70 kg de comida, equivalente a unos 324 euros. En el ranking le sigue Andalucía, con 69 kg y unos 300 euros por persona. En tercer lugar se sitúa Cataluña, con 60 kg y unos 266 euros por persona.

Alrededor del 50% de estos desperdicios los podríamos haber ahorrado tan solo con haber programado mejor las compras y racionalizar mejor el uso de los alimentos, como por ejemplo conservar los sobrantes en frigoríficos. Choca mucho que ocurra esto precisamente en tiempos de crisis, cuando tantas personas pasan hambre o viven en la indigencia. Se gasta por capricho, más que por verdadera necesidad. No se tiene la fortaleza necesaria para decir «no» a los impulsos compradores, sin pararse a discernir lo que más conviene en cada momento.

A un descontrol tan llamativo deberían poner coto en primer lugar las autoridades; y no solo ellas, también tienen una responsabilidad grande padres y maestros en sus respectivos hogares o colegios. Si enseñamos a los chicos desde pequeños a ser sobrios, a valorar lo que cuestan las cosas, se harán más recios y sacrificados, se forjarán en la austeridad y valorarán más lo que significa el desprendimiento. Se acostumbrarán de este modo a vivir con lo indispensable, a no crearse necesidades «innecesarias», a cuidar con más detalle y esmero lo que tienen.

Desde hace tiempo nos hemos acostumbrado a vivir por encima de nuestras posibilidades. Lo cual ha creado hábitos de comodidad y aburguesamiento, hasta el punto de que muchos dan por inservibles cosas que están en buen estado y que podrían seguir usando. La fiebre de estar al último grito ha llevado a mucha gente a desear lo último que ofrece el mercado: modelos de marca, en zapatos, vestidos o productos de informática, telefonía móvil, electrodomésticos, coches, y un largo etcétera. Sin verdadera necesidad, algunos compran muchas cosas de las que podrían prescindir. Esgrimen como excusa que los demás lo tienen. Sí, la mayor parte de las veces por vanidad, por buscar el halago o gozar de buena reputación entre amigos, vecinos o compañeros. Y para no ser menos, se lanzan a gastar más de lo que tienen, por guardar las apariencias.

No es este el caso evidentemente de los que han perdido su empleo o de los que no tienen más remedio que apretarse el cinturón para sortear sus estrecheces. Aprendieron por necesidad a ser realistas, comedidos y prudentes. La crisis ha obligado a muchos a cambiar de hábitos. Ahora, por ejemplo, hay hijos que, por falta de recursos, han tenido

que volver al hogar paterno o se han marchado al extranjero en busca de trabajo afrontando aventuras imprevisibles. Carecen de ingresos para hacer frente a la hipoteca del piso, a los gastos de la casa, y a veces ni siquiera tienen para comer con lo que ganan. De ahí que vuelvan a casa de sus padres o busquen trabajo en el extranjero. Otro tanto, pero en sentido inverso, les ha ocurrido a muchos padres: ya ancianos no han tenido más remedio que irse a vivir a una residencia. Y para colmo, algunos se vieron afectados por el cierre de los centros donde estaban, debido a la falta de subvenciones oficiales. Al final, también ellos se han visto obligados a recurrir a alguno de sus hijos para poder subsistir.

No parece que estos tiempos de tanto apuro y escasez sean los más apropiados para andarse con caprichos. La falta de medios nos obliga a todos a ser más responsables, a sacarle partido a lo que tenemos. No obstante, y como dice el refrán, «a Dios rogando y con el mazo dando». Confiar en la misericordia divina es bueno, siempre que se pongan al mismo tiempo los medios humanos que se puedan. Y uno de ellos consiste en calibrar los gastos que se hacen, evitando con fortaleza los caprichos inútiles o vanidosos.

Calibrar los gastos

La falta de recursos, como decimos, nos ha obligado a ser sobrios, reducir gastos y prescindir de lo superfluo. Aun así, algunos no acaban de comprender por qué han de ser sobrios, no sufren de buena gana la falta de medios ni se esmeran por afinar en los gastos. El hecho de tener que reducirlos, lo consideran un deshonor, cuando debería servirles de estímulo para vivir desprendidos a semejanza de Jesucristo. No solo por una razón de eficacia humana, sino como demostración palpable de que se confía en Dios y se imita el ejemplo del Maestro. Él no tenía nada propio, ni siquiera un lugar donde «reclinarse su cabeza».

La crisis actual ha de aprovecharse para cultivar la virtud de la templanza, que obliga entre otras cosas a calibrar mejor los gastos, a reducir caprichos y antojos. No se ha de olvidar la afirmación de Henry D. Thoreau: «El hombre es rico en proporción a la cantidad de cosas de las que puede prescindir». El que es sobrio prescinde de buen grado de lo superfluo, vive sin apegamientos, encaja la penuria con semblante sereno, acepta la incomodidad sin aspavientos, no se queja cuando le falta lo necesario. Le costará, pero no le tiemblan las piernas cuando ha de rebajar su nivel de vida, pasando la vergüenza de que los demás se percaten de su penuria.

Es el camino para imitar a Jesucristo. Él, «siendo rico, se hizo pobre para enriquecernos con su pobreza» (2 Cor 8, 9). Más adelante volveremos sobre esto. Por ahora bueno será que nos preguntemos: ¿pongo buena cara cuando me veo obligado a reducir mi nivel de vida, cuando he de prescindir de lo superfluo y contentarme con lo indispensable sin crearme necesidades?

Todos tenemos que calibrar mejor los gastos, pensar lo que necesitamos antes de comprarlo y procurar gastar tan solo lo que sea necesario. Hoy cuesta hacerlo más que hace unos años. Pero, por el contrario, tenemos más facilidades: conexiones *on line*,

tarjetas Visa, Master Card y muchos otros medios que nos facilitan comprar lo que deseamos. En este caso, ¿cómo evitar los gastos superfluos, cómo poner coto a tanto gusto y capricho vanidoso? No hay más camino que el de ser sobrios. Siendo sobrios nos libraremos de las ataduras de la sensualidad, ganaremos en libertad. A veces compramos cosas por el simple hecho de haberlas visto anunciadas en televisión, radio o prensa; porque nos atraen y apetecen decidimos comprarlas, aunque la mayoría de las veces no las necesitemos. En más de una ocasión ha podido ocurrirnos —¡oh paradoja!— que al poco de comprarlas acaben engrosando el desván de los deshechos. Ante tal sinsentido, sentenciaba Oscar Wilde con fina ironía: «A mí dadme lo superfluo, que lo necesario todo el mundo puede tenerlo».

Se suele tener mucho por la sencilla razón de que se compra más de lo que se necesita. Es todo un espectáculo el que se produce todos los años al llegar la época de las rebajas. La gente se apelotona a las puertas de las grandes superficies. Desde muy temprano se forman colas interminables de gentes con auténticas hambres de compra. Muchas son mujeres. Se las ve impacientes, con gesto agresivo, dispuestas a saltar como fieras en busca de las «gangas» anunciadas. No es gente miserable. Algunas de estas personas van bien vestidas, incluso con un toque de distinción. Pero tal apariencia se esfuma en cuanto se abren las puertas y dan el pistoletazo de entrada. Como fieras enjauladas se lanzan a la caza de lo primero que encuentran. Un locutor de radio preguntaba un día de esos a una de estas señoras: «Oiga, dígame por favor, ¿qué ha venido a comprar?». Y ella, con la mayor naturalidad del mundo, le responde: «Pues la verdad es que no lo sé; he venido porque como es tiempo de rebajas he pensado que quizás encontraría algo que me pudiera interesar». Es el gusto, el capricho o la apetencia a lo que está de moda lo que impele a gastar, a veces de modo compulsivo, devorando cuanto otros ponen por delante.

La consecuencia es de lo más previsible: se llenan los armarios hasta rebosar de trajes, vestidos, zapatos, ropa de deporte y un sinfín de objetos, además de los que se han podido ir apilando en librerías o estanterías: libros, DVD, grabadoras, cintas musicales, cámaras fotográficas y artículos de dudoso interés. Con tal fiebre de comprar se llenan los espacios libres, no de cosas útiles, sino de las que visten y decoran y que tan fácilmente pasan de moda. Se compra sin calibrar lo que se gasta. Prima el deseo de tener, de no ser menos que los otros.

Junto a armarios y estanterías llenas de objetos inútiles, se van acumulando también, sobre todo en el caso de las féminas, innumerables artículos de belleza: cremas, pastillas, perfumes y cosméticos de alto diseño... Todos, cada uno en su estilo, nos llenamos de cosas, nadamos en la abundancia, mientras dejamos que el corazón se enfríe y quede cada vez más vacío. Ante semejante paradoja, debería surgir espontánea esta pregunta: ¿lo que compro me hace realmente más libre y feliz, o por el contrario sucumbo a la esclavitud de mis instintos? Cada cual verá en qué situación se encuentra. Y para ello nada mejor que hacer un pequeño examen de conciencia, con el fin de detectar por qué gastamos sin miramientos, por qué nos encaprichamos tan fácilmente de las cosas. Y habrá que ponerle remedio, rectificando y corrigiendo el rumbo.

3. EL PELIGRO DE LA AVARICIA

Descontrolados los sentidos es fácil deslizarse por la senda de la avaricia, de la ambición o la codicia. En la mayoría de los casos comporta un deseo obsesivo de tener, de acumular, de acaparar. El avaro no pone límites a su ambición. Se cumple en él lo que afirmaba Platón: «Al hombre que no pone límites a su codicia, siempre se le hará poco lo que tiene, aun cuando se vea señor del mundo».

También el Maestro de Nazaret, con palabras parecidas, advierte a sus discípulos: «Estad atentos y guardaos de toda avaricia, pues aunque uno abunde en bienes, su vida no depende de lo que posee» (*Lc 12, 15*). La avaricia es un vicio que trastoca el orden natural, idolatra los bienes terrenos hasta convertirlos en fin último y exclusivo de la vida. Para evitar ese desvarío, san Pablo recomienda en la *Carta a los Colosenses*: «Mortificad lo que hay de terreno en vuestros miembros: la fornicación, la impureza, las pasiones, los malos deseos y la avaricia, que es una idolatría» (3, 5). Y más adelante, vuelve a insistir en lo mismo en su *Carta primera a Timoteo*: «Los que pretenden hacerse ricos caen en la tentación, en el lazo y en muchas codicias insensatas y perniciosas, que hunden a los hombres en la ruina y en la perdición. Porque raíz de todos los males es la avaricia, y algunos llevados de ella se apartaron de la fe y se acarrearón muchos dolores» (6, 10).

«El décimo mandamiento prohíbe la *avaricia* y el deseo de una apropiación inmoderada de los bienes terrenos. Prohíbe el deseo desordenado nacido de una pasión inmoderada de las riquezas y de su poder. Prohíbe también el deseo de cometer una injusticia mediante la cual se dañaría al prójimo en sus bienes temporales» (*CEC 2536*). Y esto porque la avaricia, en definitiva, aleja al hombre de Dios, somete su espíritu a la ambición y la codicia, rebaja la libertad de la persona. Aunque parezca paradójico, la avaricia se manifiesta en ocasiones en una cierta tacañería e insensibilidad, con un fondo de indiferencia e insolidaridad. El avaro, por ser sumamente egoísta, vive tan solo pendiente de lo suyo desentendiéndose de los que sufren, de los que pasan hambre o padecen alguna enfermedad. El avaro se niega a oír la voz de su conciencia, suele ocultar su ambición bajo capa de filantropía. Un camuflaje con el que en realidad está ocultando su enorme codicia.

Hace poco encontré un cuento, publicado por Admin, que refleja muy bien el carácter de la persona avara. Se habla en él de un mendigo que iba pidiendo limosna por las casas con unas alforjas colgadas al hombro. Se lamentaba de su mala suerte y de que los ricos nunca se sintieran satisfechos:

—Cada vez quieren más y más dinero! —sentenciaba—. ¡Parece que quieren apoderarse del mundo entero! En cambio, si yo tuviera lo necesario para comer y para vestir sería feliz, me sentiría satisfecho...

En aquel instante pasó por la calle la Fortuna. Vio al mendigo, se detuvo a su lado, y le dijo:

—Escucha buen hombre, hace mucho tiempo que oigo tus lamentos y deseo ayudarte. Abre tus alforjas y sostenlas para recibir el oro que voy a regalarte. Pero ha de ser con una condición: todas las monedas que caigan en las alforjas serán para ti, pero las que

caigan al suelo se convertirán en polvo. ¿Te has enterado?

—Sí, sí, lo entiendo —respondió el mendigo.

—Entonces ten cuidado, le advirtió la Fortuna. Tus alforjas son muy viejas y podrían romperse, no las cargues demasiado.

Tan contento se sintió el mendigo, que rápidamente abrió sus alforjas, y al momento cayeron en ellas un torrente de monedas de oro. Pero he aquí que las alforjas comenzaron a pesar demasiado.

—¿Basta ya? —le preguntó la Fortuna.

—¡Todavía no, todavía no!

—¿No temes que se rompan? —le advertía la Fortuna.

—No, no, no se rompen...

Se advertía una cierta vacilación en su voz, más que por miedo por su ambición. Las manos del mendigo comenzaron a temblar.

—¡Aún caben más! —se decía.

—Pero si ya eres el hombre más rico del mundo —le recordó la Fortuna.

—¡No, no, unas pocas más!

Cayeron algunas monedas más y... las alforjas acabaron reventándose, el tesoro cayó por tierra y las monedas se convirtieron en polvo.

La Fortuna se fue y el mendigo se quedó solo, más pobre que antes, entonando lamentos de indignación y desconsuelo.

La moraleja del cuento no puede ser más clara: el avaricioso convierte cuanto toca en una carga difícil de soportar. Pues, como se ha dicho con razón, el avaro experimenta de modo simultáneo la inquietud del rico y la penalidad del pobre.

Para advertirnos de semejante desgracia, san Pablo afirma con claridad meridiana: «Ni los ladrones, ni los avaros, ni los borrachos, ni los maldicientes, ni los rapaces poseerán el reino de Dios» (*1 Cor 6, 10*). Aunque fuertes, son las palabras que nos conviene escuchar y no olvidar. La avaricia es uno de los pecados más dañinos: va contra la fe, enfría la esperanza y provoca desconfianza en la Providencia divina. Lo corrobora esta sentencia del libro del *Sirácida*: «Nada más inicuo que el avaro, que es capaz de venderse a sí mismo» (10, 6) y encadenarse a su codicia.

La avaricia es uno de los siete pecados capitales. De ella se derivan otros relacionados principalmente con la justicia y la caridad. Santo Tomás de Aquino (2-2, q. 118, a. 8) afirma que el avaro pierde sensibilidad para apreciar la desgracia del prójimo, mientras busca con codicia cuanto pueda beneficiarle. En su afán de poseer, puede llegar incluso a la violencia, al engaño doloso, al perjurio y al fraude en los negocios; y si lo considera necesario para sus intereses, no dudará en traicionar a sus propios amigos.

La avaricia es un desordenado amor a las riquezas. Debido a tal desorden, el avaro manipula a su antojo hasta lo más natural, como es el instinto de conservación. Por egoísmo se vuelve cicatero, vive pobremente y renuncia incluso a comodidades que son lícitas. Todo con tal de aumentar sus riquezas. Y puede llegar a robarle horas al sueño, comer mal y a deshora, vestir de modo estrafalario, como si fuera un pordiosero. Su obsesión de tener le lleva a reducir gastos para ahorrar más. Estas personas son incapaces

de tomarse la vida con sosiego, no saben disfrutar leyendo un libro o escuchando una buena sinfonía; su hobby no es otro que su obsesión de atesorar, su codicia. De ahí que estén dispuestos a defender con uñas y dientes lo que consideran exclusivamente suyo, dispuestos a emplear la violencia contra quienes osen arrebatárselo.

Vivir pobre para acumular riqueza. Es el lema del avaro. Ante un despropósito tan absurdo afirmaba Juvenal: «Es una gran insensatez vivir pobre para morir rico». Un sinsentido. Como lo es, en general, la vida del avaro, que es capaz de sacrificar comodidades mientras sucumbe a los impulsos de su codicia. La verdad es que no hace falta tener riquezas para ser avaro, pues como afirmaba Casiano «se puede ser avaro sin tener dinero». La obsesión de poseer, el deseo de acumular, se puede tener aunque no se posea nada.

No hay que olvidar que fue precisamente la avaricia la que desencadenó la traición de Judas. Por amor al dinero, por codicia, decidió entregar a su Maestro y Señor. Comenzó a criticarle con ocasión del incidente del frasco de nardo derramado por una mujer en casa de Simón el fariseo. Todos quedaron muy admirados del gesto generoso de esta mujer. Todos menos Judas, que por avaricia pensó que aquel perfume debía haberse vendido y dar su importe a los pobres. ¡Como si le importaran los pobres!, comenta con ironía san Juan. Y es que Judas llevaba la bolsa y sisaba de ella cuanto podía, es decir, de lo que estaba destinado a cubrir las necesidades de Jesús y los suyos.

Por avaricia vemos hoy también cómo miembros de una misma familia se pelean y disputan entre ellos a causa del reparto de una herencia. Por envidia, por pura codicia, no aceptan lo que les corresponde y dejan de hablarse. No reparan en las graves consecuencias de semejante actitud, olvidan el sacrosanto deber del amor fraterno. Por ambición, por avaricia, alimentan un hambre insaciable de poseer. Actitud que les impide respetar el derecho que los demás tienen a disfrutar de los bienes, que nadie en justicia puede considerar de su exclusiva propiedad.

La obsesión de poseer

Una persona creyente ha de tener presente que, aunque los bienes materiales sean buenos y necesarios, no puede dejarse enganchar por ellos; ha de proceder en todo con libertad y magnanimidad de espíritu, y con valentía para evitar apegos indebidos. Del grado de libertad que se tenga depende la actitud con que se usan los bienes. Dios nos los ha dado para nuestro desarrollo y crecimiento, y también para que con ellos podamos ayudar a los que poco o nada tienen (*Mt 25, 21*). En este sentido, es importante distinguir la diferencia entre uso y posesión. *Usar* es beneficiarse de un bien sin tener dominio sobre él. *Poseer* es tenerlo en propiedad, usándolo sin tener que rendir cuentas a otros. En este caso, si el poseedor se considera propietario exclusivo de lo que posee, actúa de modo injusto, como si solo a él perteneciera lo que tiene y nadie más pudiera beneficiarse de sus bienes.

Los que por egoísmo o avaricia intentan disfrutar de modo exclusivo de lo que poseen, suelen acabar con el corazón dividido; mientras dicen que aman a Dios, su corazón lo

tienen puesto en sus riquezas. De ahí que advierta el Maestro: «Donde está tu tesoro, allí estará también tu corazón» (Mt 6, 21). Al comentar este pasaje, san León Magno afirma en uno de sus sermones: «El tesoro del hombre viene a ser como la reunión de los frutos recolectados con su esfuerzo. *Lo que uno siembre, eso cosechará*, y cual sea el trabajo de cada uno, tal será su ganancia, y donde ponga el corazón su deleite, allí queda reducida su solicitud. Mas, como hay diversas clases de riquezas y objetos de placer, el tesoro de cada uno lo determina la tendencia de su deseo, y si este deseo se limita a los bienes terrenos, no hallará en ellos la felicidad, sino la desdicha».

¿Cómo conciliar por tanto el legítimo derecho de tener y usar con la obsesión de poseer? Para amar a Dios sobre todas las cosas se debe estar desprendido de lo que se tiene, con un desprendimiento real y efectivo que deje el camino abierto a los que poco o nada tienen. Esto no quiere decir que las riquezas sean malas o contrarias al querer divino. Ni mucho menos. Son buenas, nos las ha dado Dios para que las usemos con libertad y rectitud de corazón. No para obsesionarnos, sino para que poseyéndolas podamos compartirlas con los demás.

Por esto llamamos *bienes* a las riquezas. Ahora bien, aun siéndolos, se trata de bienes instrumentales por medio de los cuales el hombre puede alcanzar su salvación. Usarlos con rectitud es contribuir al progreso y desarrollo de la sociedad, poder realizar obras excelentes en favor de los indigentes y desahuciados por la fortuna. Desde esta perspectiva, no hay dificultad alguna para conciliar posesión y uso de los bienes, con tal, como decimos, que vaya acompañado de un desprendimiento real y efectivo. No se trata por tanto de rechazarlos o prescindir de ellos, que sería propio de los anacoretas del desierto. El que vive en el mundo necesita de los bienes para su sustento y desarrollo, con la misión de hacerlos rendir para que cada día aumenten en cantidad y calidad.

Clemente de Alejandría, en su obra *Quis dives salvetur?*, establece una interesante distinción entre posesiones y bienes. Entre otras cosas, dice: «Se llaman efectivamente *posesiones* porque se poseen, y *bienes* porque con ellos puede hacerse el bien, pues para utilidad de los hombres han sido ordenados por Dios. Son cosas que están ahí y se destinan, como instrumentos, para un uso bueno de quien sabe lo que es un instrumento. Si el instrumento se usa con arte, resulta una cosa valiosa; si el que lo maneja carece de arte, la torpeza pasa al instrumento, aunque este no tenga culpa alguna».

El «arte» del que habla Clemente está en poseer los bienes con libertad de espíritu, con lo que se impide que el corazón se apegue a ellos, a la par que se hacen rendir para utilidad de todos. «Si abundan las riquezas —dice el Salmista—, no pongáis en ellas vuestro corazón» (Sal 61, 11). No se pierde la libertad del corazón por el hecho de poseer, sino por el apego desordenado a lo que se posee olvidando que se trata de simples medios. Porque no es lo mismo usar que abusar. De ahí el consejo de san Pablo a Timoteo: «A los ricos de este mundo mándales que no sean altivos, ni pongan su confianza en las riquezas, tan inseguras, sino en Dios, que nos provee de todas las cosas con abundancia para que las disfrutemos» (1 Tim 6, 17). El peligro, por tanto, no está en las riquezas en sí, sino en la codicia o avidez con que se desean y se abusa de ellas; no olvidemos que aunque se tenga poco se puede ser rico con el deseo, y al revés.

El Apóstol termina con esta reflexión: «Nada hemos traído a este mundo y nada tampoco podremos llevarnos de él. Teniendo, pues, qué comer y con qué vestirnos, contentémonos con ello» (vv. 7-8). Todo lo demás cae bajo la órbita de la obsesión, de la avaricia, esa mala hierba que se ha de arrancar a tiempo para que no eche a perder todo lo demás. La obsesión de poseer ahoga la vida del espíritu, y de paso pone en peligro la propia libertad. Aunque la avaricia es siempre mala, algunos tratan de justificarla por medio de argumentos humanitarios o filantrópicos. San Francisco de Sales, buen conocedor del espíritu humano, dejó escrito en su famosa *Introducción a la vida devota*: «No encontrarás quien confiese que es avaro; todos niegan esta bajeza y ruindad de corazón, y toman por pretexto el hallarse cargados de hijos, el que es prudente tener lo que uno necesita, de manera que jamás creen tener demasiado y siempre encuentran algunas excusas para tener más. De este modo, aun los más avaros no solo no confiesan que lo son, sino que ni siquiera en su conciencia lo reconocen, porque la avaricia es una fiebre portentosa que menos se siente cuanto mayor es su ardor y violencia».

Libres de apegos

Jesucristo en ningún momento dijo que las riquezas fueran malas. No podía decirlo, entre otras cosas porque todo lo que ha sido creado por Dios es bueno. El mal no está en las riquezas, sino en el abuso que se hace de ellas; eso es lo que pervierte el corazón del hombre. De ahí la importancia de detectar cuanto antes los apegos del corazón. El que se deja seducir por las riquezas y pone en ellas su corazón, como le sucedió al joven rico, poco a poco irá perdiendo sensibilidad y se olvidará de Dios. Las riquezas son nocivas cuando el hombre se apega a ellas y vive tan solo para satisfacer sus apetitos. El avaro es el «rico» al que se refería Jesús cuando dijo: «Es más fácil que un camello pase por el ojo de una aguja que el que un rico entre en el reino de los cielos» (*Mt 19, 24*).

La imagen del camello y el ojo de la aguja representa de modo hiperbólico una gran dificultad: la que tiene el rico para salvarse por estar apegado a sus riquezas. Sin atenuar en nada la gravedad de esta advertencia, se ha de tener presente que la dificultad no está como hemos dicho en las riquezas, sino en el apego del corazón. En otras palabras: Jesús no condena su uso sino su abuso. Esto es lo que realmente excluye del reino de los cielos. El corazón se ha de mantener libre de apegos, lo cual implica poner la confianza en el Señor y no en el dinero, contentándose con lo que realmente se necesita y cortando cualquier conato de ambición.

A partir de aquí, se preguntaba el santo Cura de Ars en un sermón de Navidad: «¿Qué han de hacer pues los ricos para imitar a un Dios tan pobre y despreciado?». Y respondía: «Os lo diré: no han de apegar su corazón a los bienes que poseen, han de emplearlos en buenas obras en la medida que puedan; han de dar gracias a Dios por haberles concedido un medio tan fácil para redimir los pecados con sus limosnas; no deben despreciar a los que son pobres, al contrario, han de respetarlos viendo en ellos una gran semejanza con Jesucristo».

La meta es alta, ciertamente, nada menos que la identificación con Jesucristo, quien

«siendo rico se hizo pobre por nosotros». Con su vida y ejemplo nos ha enseñado a vivir libres de apegos, a arrancar del alma todo resquicio de avaricia. En este caso, ¿cómo liberar realmente el corazón de apegos y hacerlo sensible a los requerimientos divinos? Poniendo la esperanza ante todo en los bienes que perduran. Por esto advierte el Maestro una vez más: «No queráis acumular tesoros en la tierra, donde la polilla y el orín los corroen y donde los ladrones socavan y roban. Acumulad, más bien, tesoros en el cielo, donde ni la polilla ni el orín los corroen, ni los ladrones socavan ni roban; porque donde está tu tesoro, allí estará también tu corazón» (Mt 6, 19-21).

Algunos, tras años de oscuridad, descubrieron el valor real de los bienes que manejaban. Y por una gracia especial decidieron vivir desprendidos de ellos, conscientes de que se trata de medios buenos para dar gloria a Dios y alcanzar la vida eterna. Pero saben también que han de utilizarlos con libertad, sin apegos a ellos. San Juan Crisóstomo, hombre de gran sentido común y finura de espíritu, comentaba en un sermón sobre el evangelio de san Lucas: «¡Qué necedad tan grande amontonar donde se ha de dejar, y no enviar allí donde se ha de ir! Coloca tus riquezas donde tienes tu patria». A lo que san Gregorio Magno añadía en una de sus homilías sobre los evangelios: «Tengamos las cosas temporales para uso, las eternas en el deseo; sírvannos las cosas terrenas para el camino, y deseemos las eternas para el fin de la jornada, Miremos como con indiferencia todo lo que se hace en este mundo. Miren adelante los ojos del alma, fijándose con toda su fuerza en aquello a que nos dirigimos».

Lo plantea con una cierta escatología de fondo. Despegarse de las cosas a la par que se usan para ordenarlas a la gloria a Dios. Se ha de hacer, como es natural, con moderación, sin pasarse ni por exceso ni por defecto. Se cuenta de Diógenes —filósofo griego— que se pasó muchos años viviendo en un tonel, en la más absoluta austeridad. Todo su equipaje consistía en una copa que llevaba colgada al cuello. La llevaba por si se fatigaba al caminar y sentía sed. Un día que iba de camino se encontró con un niño que bebía agua en un arroyuelo; lo hacía agachado, tomando el agua en el cuenco que había formado con sus propias manos. Al verlo Diógenes, arrojó de inmediato su copa que fue a estrellarse contra una piedra. Compadecido de su error, se dijo: «¡Necio de mí, que he llevado tanto tiempo este cacharro superfluo!».

Es obvio que no se trata de imitar a Diógenes. Pero sí de detectar aquello a lo que hubiéramos podido apegarnos, o comprobar si nos hemos creado falsas necesidades. A este respecto, viene bien recordar esta sabia sentencia de Séneca: «No es más rico el que más tiene sino el que menos necesita». Apliquémonos el consejo.

SEGUNDA PARTE

IV. GRANDEZA DE LA TEMPLANZA

1. SIGNIFICADO DE ESTA VIRTUD

Llegados aquí, es hora de que abordemos lo que significa la virtud de la templanza. Esta palabra procede del griego (*égkráteia*), que significa fuerza, continencia, moderación. A la «templanza» se han atribuido desde antiguo los hábitos que moderan los apetitos del comer y el beber. No obstante, el sentido de esta virtud abarca un horizonte más amplio. Así se desprende, al menos, del uso que hace el apóstol san Pedro de este término griego en su segunda carta (1,6). Hace referencia en él al «dominio de sí», propio del que tiene capacidad para gobernarse a sí mismo, y por ello puede proyectar en quienes le rodean el sosiego y la paz.

Josef Pieper, en su libro *Las Virtudes fundamentales*, al hablar de la templanza hace suya la opinión de santo Tomás, que se refiere a la «tranquilidad de espíritu», como una situación del ánimo donde se cuecen las decisiones del hombre. Por lo que comenta: «al decir “tranquilidad de espíritu” no estamos pensando en aquel “apaciguamiento” subjetivo que Goethe distinguía tan sagazmente de la verdadera paz; ni tampoco, claro, en aquella satisfacción o contentamiento que puede proporcionar una vida que discurre con ausencia total de ambiciones. Igualmente ajena a lo que queremos decir con la palabra templanza es aquella inmovilidad que se debe a la falta de sensaciones o la calma que proviene de un silencio pasional absoluto. Todo esto puede darse; pero en sí no pasaría de ser un clima de periferia, que no llega al fondo de la vida del alma. Lo que nosotros entendemos por “tranquilidad de espíritu” es algo que satura los estratos más íntimos del ser humano, que es fruto del orden y su más perfecto acabado» (pp. 224-225).

La templanza, en efecto, tiene por misión poner orden en el interior de la persona. De esto depende la tranquilidad y libertad de su espíritu, el dominio de sí, la fuerza que necesita para cumplir en todo la voluntad de Dios. Es importante descubrir cuanto antes el gran valor que tiene esta virtud. Muchos, incluso cristianos, desconocen no solo su significado, sino el gran bien que puede representar para su vida. Como virtud cardinal —de *cardo*, quicio o fundamento—, es indispensable para vivir de modo sobrio y templado, como tendremos ocasión de ver más adelante.

Como aproximación se deduce de esta virtud su valor eminentemente positivo y estimulante. La templanza significa excelencia, dominio y señorío, en particular en todo cuanto se refiere al uso de los bienes sensibles. La templanza influye en las decisiones y actos personales, a los que confiere calidad, y permite a la persona disfrutar de los bienes con libertad de espíritu. Ayuda a moderar los placeres sensibles y a discernir lo que más

conviene, aportando su peculiar sello de equilibrio y sensatez.

Al potenciar cualidades tan esenciales como estas, la templanza supone una valiosa ayuda para llegar al autodomínio y la moderación. Juan Pablo II lo resumía así en una de sus alocuciones: «Hombre moderado es el que es dueño de sí mismo. Aquel en el que las pasiones no consiguen la superioridad sobre la razón, ni sobre la voluntad, ni tampoco sobre el “corazón”. ¡El hombre que sabe dominarse a sí mismo! Si es así, nos damos cuenta fácilmente del valor fundamental y radical que tiene la virtud de la templanza. Esta es justamente indispensable para que el hombre “sea plenamente hombre”. Basta mirar a alguno que, arrastrado por sus pasiones, se convierte en “víctima” de las mismas, renunciando por sí mismo al uso de la razón (como, por ejemplo, un alcoholizado, un drogado), y comprobamos con claridad que “ser hombre” significa respetar la dignidad propia, y por ello, entre otras cosas, dejarse guiar por la virtud de la templanza».

El hombre que goza de autodomínio actúa en todo según el dictado de la razón, por lo que le resulta más fácil dominar sus sentidos y moderar la atracción de los bienes materiales; al vivir de modo sobrio, aleja de su vida cualquier tipo de dependencias o esclavitudes. En este dominio radica precisamente la grandeza de la templanza. Lo cual permite al hombre ser realmente hombre, dueño y señor de sus actos, con libertad de espíritu para disfrutar de los bienes creados.

Un autor de nuestro tiempo, san Josemaría, ha dejado escrito en *Amigos de Dios*: «Templanza es señorío. No todo lo que experimentamos en el cuerpo y en el alma ha de resolverse a rienda suelta. No todo lo que se puede hacer se debe hacer. Resulta más cómodo dejarse arrastrar por los impulsos que llaman naturales; pero al final de ese camino se encuentra la tristeza, el aislamiento en la propia miseria.

»Algunos no desean negar nada al estómago, a los ojos, a las manos; se niegan a escuchar a quien aconseje vivir una vida limpia. La facultad de engendrar —que es una realidad noble, participación en el poder creador de Dios— la utilizan desordenadamente, como un instrumento al servicio del egoísmo» (n. 84).

Proyección de la templanza

La templanza potencia y desarrolla la perfecta armonía que debe haber entre los sentidos y la razón. No reprime, modera. Es decir, ayuda a actuar con equilibrio y sensatez. De ahí que como virtud, la templanza se proyecte como moderación y magnanimidad, lejos de la tacañería del cicatero o del despilfarro del insensato. La templanza significa dominio sobre los bienes materiales, pero no para minusvalorarlos y menos para despreciarlos, sino para potenciarlos y ordenarlos a su verdadero fin. Por esto es grandeza y no limitación; magnanimidad y no tacañería. Al pasaje antes citado, añade san Josemaría esta valiosa proyección de la templanza: «La templanza cría al alma sobria, modesta, comprensiva; le facilita un natural recato que es siempre atractivo, porque se nota en la conducta el señorío de la inteligencia».

Como virtud, la templanza nos permite tomar conciencia de lo que somos y de la realidad que nos rodea. Ayuda a distinguir lo que de verdad se necesita de aquello otro

que no es más que un capricho, un desorden de los apetitos. Supone en este sentido un freno a la búsqueda compulsiva e irracional del placer. Debido a la naturaleza caída del hombre, es normal que se tienda a buscar con vehemencia lo que gusta, aun cuando se vislumbra que un determinado placer es nocivo. Sucede por falta de autodomínio, por permitir que los sentidos campeen a su antojo. Se puede producir entonces en el interior de la persona una lucha encarnizada entre lo pasional y lo intelectual, entre lo que se siente y lo correcto o conveniente. Algunos prefieren hacer oídos sordos a la voz de su conciencia, para vivir sin trabas ni limitaciones y dar rienda suelta a sus apetencias.

La intemperancia es una clara indisciplina de los sentidos, un camino por el que la persona puede deslizarse hacia lo más cómodo y placentero, hasta llegar a la relajación o el sibaritismo. De ahí que se produzca a veces un auténtico conflicto entre lo que el «yo» agigantado quiere y desea y lo que aconseja la prudencia. Cuando no se resuelve, termina creándose tensión, y puede aparecer la desazón y la perplejidad, para llegar más tarde a la apatía y a la indiferencia. Perdido el norte, uno puede verse zarandeado por el vendaval de los instintos y pasiones. Es una llamada seria para decidirse a cultivar la virtud de la templanza; con ella se llega al dominio de sí, se moderan los impulsos y se clarifica la conciencia. De lo contrario se podría caer en el pozo profundo de la sensualidad, de los deseos libidinosos.

2. UNA VIRTUD QUE ENRIQUECE

La virtud de la templanza, al potenciar la libertad, permite moderar las apetencias de la carne, y gozar de los bienes sin temor ni escrúpulo. La persona templada disfruta de todo gracias a su dominio y autocontrol, a la par que sabe actuar con prudencia y responsabilidad. Le saca así partido a todas las cosas, valorando y contentándose con lo que tiene. Y dará por ello gracias al Creador, que le ha concedido un regalo de lo más inmerecido.

Recordemos que la felicidad no está en el tener, sino en cómo y de qué manera se usa lo que se tiene. Lo cual nos lleva a hacernos la siguiente pregunta: ¿me siento a gusto con lo que tengo? ¿Actúo en todas mis cosas como dueño y señor de mis actos? ¿Domino mis gustos y caprichos, o me dejo dominar por ellos? Si somos sinceros, detectaremos si nos hemos encaprichado con cosas que no responden a una necesidad real, fruto la mayoría de las veces de deseos y apetencias incontrolados.

Es algo que se puede observar con facilidad en la personas que nos rodean. Hay quienes por falta de control se enganchan al alcohol, a las drogas o al sexo. Quieren experimentar placeres cada vez con mayor intensidad; lo que cercena poco a poco su libertad y les hunde en la esclavitud de sus pasiones. Por su falta de moderación y equilibrio no son capaces de poner coto a la búsqueda indiscriminada de placeres. Es verdad que somos libres, que podemos disfrutar de todo cuanto nos rodea. Pero, como es natural, en la medida que no perdamos de vista el fin para el que los bienes fueron creados. Importa y mucho respetar la bondad y belleza de la creación. Sería por tanto un despropósito que nos lanzáramos sin orden ni medida a la busca de placeres degradantes,

simplemente porque nos apetecen.

Todo tiene su medida. En la antigua Grecia se decía que la virtud está en el justo medio. Así reza en una inscripción esculpida en piedra en el frontispicio del templo de Apolo en Delfos: *meden agan*, nada en exceso. Este adagio invita al visitante que lo lea a mantenerse en todo en un justo medio, como expresión verdadera de virtud. En Roma se difundió esta máxima en su forma latina: *nequid nimis*, nada en demasía. En opinión de los filósofos, lo sabio y prudente es contentarse con lo que basta, sin excesos ni extremismos. Un principio que, en la práctica, suele traducirse por «pruébalo todo pero no te hartes de nada». Es decir, disfruta del mayor placer que te puedan dar las cosas pero no te hagas esclavo de ninguna de ellas.

3. ¿SE OPONEN PLACER Y TEMPLANZA?

Es lógico que nos lo preguntemos. No siempre se tiene claro. Algunos quizá se decanten por la oposición. Pero no hay oposición cuando se tiene rectitud y moderación. El placer natural es propio del carácter corpóreo del ser humano. Hemos de satisfacer necesidades que llamamos primarias, como el comer y el beber, comunes a todos; de otra parte, es preciso conservar la especie, aunque en este caso no se trate de una necesidad primaria, pues solo afecta a determinados individuos de la especie.

Por expreso querer de Dios hay un cierto placer en los apetitos sensuales. Es bueno por ser natural, aunque ha de estar regulado por la virtud de la templanza, la cual exige un justo medio entre el defecto y el exceso, pues de lo contrario el placer se convertiría en vicio. No hay que olvidar que existen placeres contrarios a la naturaleza humana (por ejemplo, el placer del sadomasoquista) o los que se refieren a determinadas personas (como es el placer derivado del acto conyugal cuando se trata de un célibe). En estos casos el placer es moralmente malo, y no puede aplicársele ninguna medida que pueda hacerlos moralmente buenos.

Vemos que el error en esta materia se repite con frecuencia. Así, el que por falta de autodominio cede a sus pasiones, tarde o temprano caerá en la gula, la ebriedad o la lujuria. Si no rectifica, puede convertirse en adicto a las drogas, a la ludopatía o al alcoholismo. Es una intemperancia que provoca ceguera de espíritu, torpeza de mente y debilita la voluntad; en última instancia, se tiene una gran dificultad para razonar y tomar decisiones con un mínimo de acierto.

No existe por tanto incompatibilidad alguna entre placer y templanza cuando se tienen las ideas claras. Se busca entonces el placer de modo razonable, ordenando las tendencias sensuales, poniendo control en los sentidos. En este caso no cabe miedo alguno al placer. Gracias a la virtud de la templanza se sujeta la afectividad, que se conduce a su verdadero fin. La consecuencia es inmediata: además de ganarse en agilidad mental se fortalece la voluntad. Todo lo cual redundará en una mayor libertad de espíritu.

Como, por otra parte, la templanza ayuda a tomar las decisiones con prudencia, el que la vive antes de actuar sopesa los pros y contras de lo que va a hacer. Y lo hace con

temple sereno, buscando el placer no por el placer, sino para realizarse como persona de acuerdo con el querer divino. Y siendo libre, verá con naturalidad y sin escrúpulos tontos todo lo relacionado con los apetitos del comer, el beber o el mismo deleite sexual. El placer, como el amor, es auténtico cuando se funda en la verdad y no en el egoísmo. Quien, por el contrario, actúa buscando el placer en contra de lo que le dice su conciencia, corre el riesgo de hacerse esclavo de su concupiscencia.

El placer es bueno, insistimos, cuando procede de un gozo asentado en el bien verdadero, cuando por encima de todo se busca la voluntad de Dios y no la propia. Siendo libres y no esclavos, se vive mejor la templanza y se gana en libertad de espíritu sin trabas ni complejos.

4. FRUTOS DE LA TEMPLANZA

No vienen solos. Se ha de proceder como el labrador, que antes de recoger la cosecha debe arrojar la semilla sobre los surcos labrados, abonarlos, regarlos, y mantenerse atento a las inclemencias atmosféricas, arrancando los abrojos y las malas hierbas, ahuyentando las aves de rapiña si quiere recoger frutos abundantes. Algo parecido pasa con la templanza. Para que los frutos se produzcan es necesaria la buena disposición interior, el ejercicio de virtudes como la caridad, la paciencia o la humildad. Se necesitan para arrancar de cuajo las malas hierbas del orgullo, la sensualidad o el egoísmo que tanto daño pueden producir.

Más de uno se preguntará: ¿y cómo puedo conseguirlo siendo tan poca cosa? No es verdad. Todos tenemos unos talentos recibidos de Dios. Y entre esos talentos se encuentran la inteligencia y la voluntad. Si además se acude a la gracia de Dios, se puede robustecer el carácter y luchar con ahínco contra los brotes de orgullo, pereza o sensualidad. Más que de grandes talentos, todo depende del propio querer, de la perseverancia en las buenas obras para que los frutos se produzcan, sin olvidar que en última instancia esos frutos dependen de la actuación del Espíritu Santo en el alma. El Apóstol enseña que «el fruto del Espíritu Santo es: caridad, alegría, paz, paciencia, afabilidad, bondad, fidelidad, mansedumbre, templanza» (*Gal 5, 22-23*). Habla de nueve frutos en singular, quizá para subrayar, como piensa Fillion, que todos proceden del amor, de la caridad. En torno a ella forman un ramillete esplendoroso, imagen en la que se convierte quien por su docilidad se deja modelar por el Paráclito.

Señalamos a continuación algunos de los frutos que se obtienen cuando se vive la templanza.

Limpieza de corazón

«Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios» (*Mt 5, 8*). Fruto de la actuación del Espíritu en el alma. Esta bienaventuranza asegura que se puede ver a Dios con el corazón y no solo con los ojos o la razón. Es una de las novedades del Sermón de la Montaña. Mas para que el corazón pueda ver a Dios, debe estar limpio, lo

cual abarca inteligencia, voluntad y sentimientos, en perfecta armonía.

El corazón, o lo que es lo mismo, la totalidad del hombre, necesita purificarse para ver a Dios. Algunos comentaristas relacionan esta bienaventuranza con la virtud de la castidad. Otros suelen interpretarla por su relación con el bien del prójimo, o la sinceridad del corazón. Tanto en un caso como en otro, al final todos se remiten al interior de la persona, a la necesidad de mantener limpio el corazón. Como sucede con otras bienaventuranzas, esta la sitúan también en un contexto bíblico. Por esto remiten al salmo 23 (24), en el que el Salmista se pregunta: «¿Quién podrá entrar en el santuario del Señor?». Y responde: «El hombre de manos inocentes y de puro corazón, que no confía en los ídolos, ni jura contra el prójimo en falso».

Las condiciones por tanto para «ver a Dios» y gozar de Él, es tener «manos inocentes y puro corazón». Una exigencia que difícilmente se puede cumplir sin la ayuda de lo alto. Del corazón limpio proceden la honradez, la sinceridad y la justicia, en su proyección hacia el prójimo y la sociedad. Del interior del hombre, de su rectitud, depende asimismo la paz y la alegría, como fruto de la virtud de la templanza. En la medida que el corazón esté limpio, con mas claridad se pueden ver las cosas que tiran para abajo e impiden amar a Dios sobre todas las cosas.

La pureza o limpieza del corazón tiene mucho que ver con la identificación con Jesucristo. Al menos así se deduce de la experiencia vivida por Saulo de Tarso tras su encuentro con Jesús en el camino de Damasco. Después de aquella visión pasó tres días sin comer ni beber. De perseguidor de los cristianos se convierte en apóstol de Jesucristo. Tan grande fue esta transformación, que años después podrá decir: «Ya no soy yo el que vive, sino Cristo quien vive en mí» (*Gal 2, 20*). Lo consigue gracias a su docilidad a la gracia, a la purificación de su corazón. A partir de entonces todo lo considera basura comparado con el gran tesoro descubierto. Todo queda atrás: orgullo, sensualidad, avaricia, ambición... Purificada su alma por la gracia, se llena de bríos y hace fecundo su amor al Señor.

Del corazón limpio y generoso procede el gozo y la paz, el placer que libera. Es el Espíritu Santo quien lo hace posible. Él ayuda a la persona que se lo pide a poner orden en sus pasiones, a ser generosa en el servicio a los otros. Es muy hermosa y confortable esta tierna invocación al Espíritu Santo: «Quítame, Jesús, esa corteza roñosa de podredumbre sensual que recubre mi corazón, para que sienta y siga con facilidad los toques del Paráclito en mi alma» (*Camino*, n. 130). Limpieza, pues, porque es mucho lo que aún queda por purificar, y mucha también la costra que se ha de arrancar. Pero somos optimistas, porque sabemos que el Señor escucha la oración de los humildes, de los que tienen un corazón grande y generoso.

Fortaleza en el dolor

Otro de los frutos de la templanza. Gracias a esta virtud la persona se hace fuerte y sufrida, recia en el dolor y el sufrimiento. Ante el dolor cualquiera puede quedarse perplejo sin saber qué responder. Sin embargo, el dolor tiene en los planes de Dios un

papel esencial. Nos identifica con Jesucristo, que por nosotros padeció y sufrió. Gracias a su entrega en la cruz, tanto el dolor como el sufrimiento han dejado de ser algo negativo para convertirse en signo de paz y alegría.

El dolor tiene ante Dios un valor excepcional, como más adelante veremos. San Pablo, en un momento de su vida, se sintió constreñido por lo que llamó el «aguijón de la carne», un ángel de Satanás que lo humillaba. Por tres veces pidió al Señor que lo librara de él. Y pudo escuchar estas palabras: «Te basta mi gracia, pues mi fuerza se hace perfecta en la flaqueza» (2 Cor 12, 9). Reconfortado con esta locución divina, comentaría años después: «Con mucho gusto, por tanto, me gloriaré en mis flaquezas, para que habite en mí la fuerza de Cristo».

Tanto el dolor, como el sufrimiento son queridos o permitidos por Dios, para que nos purifiquemos y nos desprendamos de lo de aquí abajo. Cualquier sufrimiento es una oportunidad para reparar por los pecados, para entender con nueva luz el valor de los bienes terrenos. Se comprende entonces que ningún bien terreno es capaz de satisfacer el corazón del hombre. Para entenderlo es necesario aprender a amar lo que Dios quiere y como lo quiere. Puede decirse, con palabras tomadas de *Es Cristo que pasa*, que «para amar de verdad es preciso ser fuerte, leal, con el corazón firmemente anclado en la fe, en la esperanza y en la caridad. Solo la ligereza insustancial cambia caprichosamente el objeto de sus amores, que no son amores sino compensaciones egoístas. Cuando hay amor, hay entereza: capacidad de entrega, de sacrificio, de renuncia. Y, en medio de la entrega, del sacrificio y de la renuncia, con el suplicio de la contradicción, la felicidad y la alegría. Una alegría que nada ni nadie podrá quitarnos» (n. 75).

Purificada el alma por la gracia, queda como embellecida en lo más íntimo de su ser, de modo que en medio del dolor se puede experimentar la presencia inequívoca del amor divino. Aunque la vida anterior haya podido ser un desastre, el que se une en el sufrimiento a la pasión de Cristo, queda fortalecido y lleno de vida.

Tal vez ayude a entenderlo la experiencia de una chica a la que le diagnosticaron un tumor maligno. En un principio quedó destrozada, sin ganas de rezar ni de vivir. Pasaron unos días y llegó la Semana Santa. El viernes santo llevaron a su cuarto un crucifijo que le llamó poderosamente la atención. Extremadamente débil como se hallaba, dirigió sus ojos hacia aquel crucifijo, y contempló a través de él lo que Jesús había tenido que sufrir por nosotros; en ese mismo instante experimentó como una oleada de aire fresco que le oxigenaba el alma. Comprendió entonces con una claridad sorprendente el sentido de su propio dolor. Tras aquella experiencia se animó a escribir unos versos que le salían del alma, con hondura y sentimiento, como se puede apreciar.

*En esta tarde, Cristo del Calvario, vine
a rogarte por mi carne enferma;
Pero, al verte, mis ojos van y vienen
de tu cuerpo a mi cuerpo con vergüenza.
¿Cómo quejarme de mis pies cansados,
cuando veo los tuyos destrozados?
¿Cómo mostrarte mis manos vacías,*

*cuando las tuyas están llenas de heridas?
¿Cómo explicarte a Ti mi soledad,
cuando en la Cruz alzado y solo estás?
¿Cómo explicarte que no tengo amor,
cuando tienes rasgado el corazón?*

*Ahora ya no me acuerdo de nada,
huyeron de mí todas mis dolencias.
El ímpetu del ruego que traía,
se me ahoga en la boca pedigüeña.
Y solo pido no pedirte nada,
estar aquí junto a tu imagen muerta,
ir aprendiendo que el dolor es solo
la llave santa de tu santa puerta.*

Purificada su alma por el sufrimiento, en poco tiempo pasó del miedo a la esperanza. Despojada de toda ambición terrena, encontró la fortaleza que buscaba en Jesús crucificado. A su vista, sus lágrimas y congojas se convirtieron en sentimientos profundos de serenidad y alegría, de valentía y reciedumbre.

Valentía y optimismo

Como fruto de la templanza, el alma aprende a vivir desprendida, llena de valentía y optimismo. No puede ya hacer mella en ella el pesimismo. Gracias a su valentía y optimismo se crece en la dificultad, gana en confianza y seguridad. Ni ante los obstáculos, por grandes que sean, ni ante sus deficiencias personales se vendrá abajo. Si el Señor envía pruebas y dificultades es para hacernos más humildes, para que acudamos en busca de su ayuda. Y tendremos entonces moral de victoria, como es propio de un hijo o una hija de Dios.

La valentía y el optimismo se desarrollan al compás de la gracia y de la personal correspondencia. Dios no pierde batallas. Por lo tanto, unidos al Él podemos llamarnos vencedores. Todo lo podemos. Es el grito empleado por san Pablo: ¡Todo lo puedo, en Dios que es mi fortaleza! Si vivimos de fe, fuera la pusilanimidad, la tristeza o la desesperanza. Winston Churchill decía que el optimista ve una oportunidad en toda calamidad; mientras que el pesimista ve una calamidad en toda oportunidad. Uno se diferencia del otro en que ante una misma realidad, uno ve la botella medio llena y el otro medio vacía. Quien se apoya en la fe y la esperanza, es optimista, emprendedor y perseverante. Comprende que cualquier circunstancia es una posibilidad para hacer el bien.

Todo lo puede el que confía en Dios. Es una expresión que deriva de la experiencia personal del Apóstol de las gentes: *Diligentibus Deum, omnia cooperantur in bonum* (Rom 8, 28): todo coopera al bien de los que aman a Dios. *Omnia in bonum!* Un grito de optimismo que debería salir espontáneo del corazón de todo cristiano. Pues como explica

el mismo san Pablo más adelante, no se trata de un entusiasmo pasajero, es consecuencia de un amor de Dios correspondido. «¿Quién nos separará del amor de Cristo? ¿La tribulación o la angustia, la persecución o el hambre, la desnudez, el peligro o la espada? [...] Sobre todas estas cosas triunfamos por Aquel que nos amó. Pues estoy convencido de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los principados, ni lo presente ni lo futuro, ni las potestades, ni la altura ni la profundidad, ni criatura alguna podrá separarnos del amor a Dios que está en Cristo Jesús, Señor nuestro» (vv. 38-39).

¿Necesitamos de más motivos para llenarnos de optimismo? Si aviva el fuelle de su esperanza, el cristiano se cuidará mucho de poner su corazón en las cosas caducas y pasajeras de la tierra. Como fruto de la templanza será realista y esperanzado, aun cuando sepa que las dificultades nunca desaparecerán. La destemplanza en cambio produce pesimismo y tristeza, llena a la persona de mal humor y apatía. Con la templanza se potencia el optimismo, se torea con temple y valentía las embestidas del orgullo o la sensualidad. La templanza vuelve el alma fina y delicada, con la sensibilidad suficiente para valorar los detalles de pudor y de modestia.

La persona optimista construye, genera confianza, al tiempo que se llena de valentía y audacia para emprender cualquier tipo de empresa. Por arduo que sea, todo lo superará con elegancia y señorío. Viktor Frankl, en su libro *El hombre en busca de sentido*, cuenta lo que le sucedió estando en el campo de exterminio de Auschwitz. Vivía separado de sus seres queridos. Pero «caminando a trompicones, mi memoria se aferraba a la imagen de mi mujer... La veía con su mirada franca y cordial, más luminosa que el sol al amanecer». Este recuerdo le dio fuerza y valor para seguir luchando en medio de las penas y angustias de aquel campo de exterminio donde se encontraba recluido. Nada más hermoso y animante para él que el amor fuerte y limpio hacia su mujer, enraizado en una fresca y perenne fidelidad. Gracias a esto no perdió el optimismo y pudo superar con valentía su suplicio. ¿Necesitaba de algo más para continuar viviendo? Tan solo esto le bastaba.

5. CONTENTARSE CON LO QUE BASTA

La persona templada, curtida en el dolor, es realista, sabe que lo de aquí abajo, en frase de la madre Teresa de Jesús, es «una mala noche en una mala posada». Estamos de paso, así que necesitamos forjar bien el espíritu para no desfallecer en el camino. De otra parte, no se ha de perder de vista, como ya dijimos, que «no es más feliz el que más tiene sino el que menos necesita». Entre otras cosas, porque la felicidad no es materia cuantificable, como pueden serlo los bienes materiales. Está a otra altura. Piénsese, por ejemplo, en la felicidad que inunda al padre de familia al sentirse querido por su mujer y por sus hijos; o la dicha que embarga a los esposos cuando se entregan y corresponden con fidelidad al amor que un día se prometieron; o la satisfacción del deber cumplido que da el trabajo bien hecho. Los bienes materiales, con ser buenos, no dan la felicidad que a veces se espera de ellos.

Esto nos plantea una cuestión. Entre los distintos bienes existe una jerarquía, por

cuanto unos son más valiosos que otros; o lo que es lo mismo, los hay que poseen una capacidad mayor para hacernos felices. De esto se deduce que la felicidad que ofrecen los bienes materiales se encuentra varios escalones más abajo que la de los bienes espirituales. La razón es sencilla. Los bienes materiales son temporales, y por lo tanto caducos y efímeros; en cambio, los espirituales permanecen, no pasan. Lo cual no quiere decir que haya que infravalorar los bienes materiales, y menos despreciarlos. Pero conviene tener presente esta jerarquía para colocar a cada uno en el lugar que le corresponde.

Por no haberlo hecho se han producido y se siguen produciendo infinidad de frustraciones. Lo comprobamos a diario. Personas que disponen de grandes fortunas, que viven una holgada situación, incluso en la opulencia, y a pesar de todo no son felices. No porque padezcan alguna dolencia física o mental. No. Es sencillamente porque aquello que poseen no les llena, hasta puede llegar a producirles hartura y desencanto. Es obvio que tales personas han trastocado la verdadera jerarquía de los bienes, dando primacía a los bienes materiales. Buscan con obstinación lo que halaga sus sentidos, lo que les permite disfrutar de un placer sensible que suele durar pocos minutos. No han comprendido que el placer que buscan ni se compra ni se vende; no hay suficiente dinero en el mundo para adquirirlo. Tal vez disfruten por temporadas de un cierto bienestar, pero muy pronto se esfuma por estar basado en una apetencia sensual.

El afán desordenado de placeres hace a las personas esclavas de sus pasiones, las lleva a un callejón sin salida. Cuanto más desean, menos disfrutan. Se trata, por lo general, de gente alejada de Dios, que ni tienen fe ni viven de esperanza. De ahí que, no contentos con lo que tienen, ambicionen tener cada día más. Un círculo vicioso del que les resulta difícil salir. Hemos de escarmentar en cabeza ajena. No porque seamos ricos o manejen grandes fortunas, sino porque también nosotros podríamos caer en el error de valorar más *el tener* que *el ser*.

Recordemos la primera bienaventuranza: «Dichosos los pobres en el espíritu, porque de ellos es el reino de los cielos» (Mt 5, 3). Se promete en ella la dicha o felicidad ya en el tiempo presente. A los que *son* humildes y no a los que *tienen*. Esta bienaventuranza no hace referencia a una situación social o económica determinada, sino a la actitud humilde de quien acepta por encima de todo la voluntad de Dios, el que se conforma con lo que tiene, sea mucho o poco. Comentándolo, dice Benedicto XVI en su libro *Jesús de Nazaret*: «La pobreza de la que aquí se habla nunca es un simple fenómeno material. La pobreza puramente material no salva, aun cuando sea cierto que los más perjudicados de este mundo pueden contar de un modo especial con la bondad de Dios. Pero el corazón de los que no poseen nada puede endurecerse, envenenarse, ser malvado, estar por dentro lleno de afán de poseer, olvidando a Dios y codiciando solo bienes materiales» (tomo I, pp. 104-105).

Los «pobres» a los que se dirige Jesús son los humildes, los sencillos, los que por encima de todo ponen su confianza en el Señor. Tal actitud les lleva a conformarse con lo que basta para vivir con un cierto desahogo, a dar gracias a Dios por los beneficios que reciben. En esto reside su sabiduría: en comprender que la felicidad no depende del

tener sino del ser. En ser humildes y piadosos, en ser como niños en la presencia de Dios. A esta virtud se refería san Pablo al afirmar: «Es ciertamente un gran negocio la piedad, para quien se contenta con lo que basta. Nada hemos traído a este mundo, y nada tampoco podremos llevarnos de él. Teniendo, pues, qué comer y con qué vestirnos, contentémonos con ello» (1 Tim 6, 6-8). Por su parte, san Agustín añade en uno de sus sermones: «Buscad lo suficiente, buscad lo que basta. Y no queráis más. Lo demás es agobio, no alivio; apesadumbra, no levanta».

La virtud de la piedad está muy relacionada con la templanza, desconocida para los que por soberbia o codicia no se conforman con lo que tienen y andan obsesionados por tener cada día más. Buscan comodidades y placeres, y se olvidan de cumplir la voluntad de Dios. Necesitan descubrir la piedad, hacerse como niños para confiar en Dios y ser felices. Podrán entonces superar sus ahogos y fatigas, sus ambiciones y codicias.

Para algunos, el tener —bienes materiales o salud— es sinónimo de felicidad, mientras que carecer de ellos es considerado como desgracia. El cristiano sabe bien que para ser feliz se ha de cultivar la sencillez y la humildad, el mejor modo de aceptar con alegría y prontitud la riqueza o la pobreza, la salud o la enfermedad. Se trata, en definitiva, de optar por la libertad o la esclavitud. Un dilema antiguo que, como veremos, cada cual ha de resolverlo de acuerdo con su propia conciencia. En el caso del creyente, a la luz de la fe y bajo la guía de la esperanza. Si faltara, se vería sujeto a las fluctuaciones de las pasiones, zarandeado por la codicia, amargado por los celos y las envidias. Se necesita mucho más para ser feliz.

Un ejemplo que escuece

Es una pequeña historia que tiene por protagonista a un hombre viudo, entrado en años, residente en *La Barceloneta*, un suburbio barcelonés bastante depauperado antes de la Olimpiada del 92. Muchos de sus habitantes sufrían hambre e indigencia, como los de tantos otros arrabales.

Fui a verle con un compañero de Facultad. Habíamos conseguido su dirección del párroco del lugar. Nos advirtió que vivía solo desde que falleció su mujer, pues sus hijos se marcharon a otras ciudades en busca de trabajo. Él llevaba varios meses enfermo, con el agravante de que pocos días después tenían que amputarle una pierna. Queríamos charlas un rato con él, para animarle y consolarle en la medida de lo posible. Le habíamos comprado unos dulces para endulzarle la vida. La verdad es que la chabola en la que vivía era de lo más deprimente. Pequeña y oscura, llena de humedades, con goteras tan enormes que se anegaba cuando llovía. Nos sentamos junto a él donde pudimos.

Al ver nuestro interés por él, quiso sincerarse. Nos contó con toda naturalidad que se le había gangrenado la pierna por una caída. A pesar del trance, conservaba la paz, se le veía contento. Tan animoso que, como buen andaluz, quiso correspondernos con unas coplillas flamencas. «¿Qué queréis que os cante? —nos preguntó—. Puedo hacerlo por bulerías, soleares, fandanguillos...». Sin darnos tiempo a responder, se arrancó primero

por fandanguillos, luego por bulerías y terminó con unas soleares. Él mismo se acompañaba tocando las palmas y con una gran efusión de guiños.

Mi amigo y yo no dábamos crédito a lo que veíamos. De aquel hombre emanaba una humanidad inmensa, una gracia extraordinaria. Cuando terminó de cantar, y sin poder contener la emoción, le pregunté: «¿Pero usted cómo está tan contento? Cualquiera otro en su lugar estaría hundido, triste y desconsolado». De inmediato me respondió: «Mira, cuando yo era pequeñito mi madre me enseñó a rezar, a ser piadoso y a tratar a Dios como Padre mío que era. Me decía: “Niño, no dejes de rezar todos los días el Padrenuestro. Si confías en Él, nada te faltará”. La verdad es que no recuerdo que haya dejado de rezar ni un solo día el Padrenuestro. Y puedo asegurar que he sido el hombre más feliz del mundo. He pasado por momentos difíciles, he sufrido mucho, pero jamás me vine abajo. He sentido que Dios estaba siempre a mi lado. Por eso estoy contento. No tengo nada, estoy enfermo y lleno de dolores. Pero sé que como Dios es mi Padre nunca me abandonará. ¿No es para estar contento?».

Nos despedimos de él con el propósito de volver otro día. De regreso a casa, nos costó romper el silencio que nos había invadido. Cada uno meditaba por su cuenta la gran lección que acabábamos de recibir. Mi amigo fue el primero que rompió a hablar. «El ejemplo que nos ha dado este hombre me ha escocido de verdad, me ha llegado muy hondo. Mientras nos hablaba pensaba para mis adentros. ¡Qué vergüenza! Este hombre que carece de todo y es feliz; y yo, que no carezco de nada, me quejo y enrabieta cuando falta el agua caliente en casa, se estropea la calefacción o me ponen de comer lo que no me gusta... Sí, él es feliz y yo no. Hoy lo he visto muy claro: debo cambiar de actitud. Necesito enreциarme, ser más fuerte y sufrido y, sobre todo, menos caprichoso. ¡Ah!, y confiar más en Dios y menos en mí».

Mi amigo descubrió aquel día que por muchos bienes que se tengan no se es más feliz. Lo que importa, como en este caso, es ser y comportarse como un buen hijo de Dios, con alegría y libertad de espíritu. Hasta ese momento mi amigo había sido bastante caprichoso, se comportaba como una persona inmadura. Desde entonces comenzó a contentarse con lo indispensable para vivir, a no protestar ni quejarse cuando le faltara lo que apetecía. Gracias al sorprendente ejemplo del hombre de la chabola, mi amigo logró madurar por dentro. Y pasó de comportarse como «niño de papá» a ser un hombre responsable, servicial y abierto. ¡Cuánto bien hacen personas como el viejo de la chabola!

Valorar lo que se tiene

Todos, nadie lo duda, tenemos derecho a pasarlo bien, a disfrutar y ser felices. Sin embargo, en la práctica nos topamos con una dificultad a primera vista insalvable. ¿Cómo ser feliz y a la vez sobrio en una sociedad dominada por el consumismo? ¿Cómo hacer frente al bombardeo de una publicidad agresiva encaminada a estimular los sentidos? ¿Cómo permanecer indiferentes a esos *spots* que ofrecen productos de última generación? Resulta difícil rechazarlos, y más cuando entran por los ojos por ser tan

vistosos y atractivos: coches, motos, ordenadores, iPad, móviles, *playstation*, consolas y un largo etcétera. Haría falta ser unos santos para no dejarse seducir por esas «gangas» que nos ofrecen.

Ante ofertas tan atractivas, conviene preguntarse: ¿realmente necesito esto que me ofrecen o me estaré dejando llevar del capricho? A todos nos gusta cambiar de coche, moto, móvil u ordenador. Pero, ¿no será para emular a los amigos y no ser menos que ellos? Y con la excusa de que ellos lo tienen, cedemos a la «imperiosa» necesidad de cambiar de coche, moto, móvil u ordenador. ¡Es que se han quedado obsoletos!, solemos decir para justificarnos. Y terminamos comprando el coche, la moto o el ordenador del que nos hemos encaprichado, diciendo que son modelos más aerodinámicos e innovadores, más cómodos y tal vez de menor coste. Y esto aun cuando el coche que se usa sea relativamente nuevo y de buen rendimiento. Pero el nuevo «viste» más, aunque sea más caro o no tenga tan buen rendimiento.

Lo que se dice del coche puede aplicarse a cualquier otra cosa de la que nos encaprichemos. Si lo analizamos con detenimiento quizá lleguemos a la conclusión de que nos hemos dejado llevar del capricho o la vanidad. Y a base de comprar tenemos más cosas de las que necesitamos. ¿Qué hacer para escapar de la espiral consumista? En primer lugar, valorar lo que se tiene, sacarle partido a lo que aún está en buen estado y nos puede servir. Por falta de templanza o sobriedad se puede caer en esa actitud hedonista que lleva a crearse necesidades «innecesarias». Un círculo vicioso del que hemos de salir cuanto antes. Si no, compraremos cada vez más cosas por la simple razón de que nos apetecen. Y, ¡oh paradoja!, para comprar lo que ya se tenía. Hay quienes sin ningún remordimiento desechan muebles, ropa, ordenadores, móviles, etc., que aún están en buen estado y que podrían seguir sirviendo.

Valorar lo que se tiene, sacarle partido a lo que se usa, es uno de los objetivos principales de la virtud de la templanza. Para ello se necesita, como es obvio, autodominio y la firme determinación de poner límites a los caprichos. No se trata, como es lógico, de prescindir de placeres legítimos, sino de comprobar que son necesarios. Gastamos en demasía, sin valorar lo que tenemos. Si somos sobrios, ganaremos en libertad y no nos esclavizaremos a nuestros gustos y deseos.

En la *Carta a los Hebreos* se nos recomienda: «Que vuestra conducta esté libre de avaricia. Contentaos con lo que tenéis» (13, 5). Una meta difícil, pero asequible. Necesaria para valorar lo que se tiene y contentarse con lo que basta. Supone un ejercicio continuo de sobriedad. No para dejar de comprar lo que se necesita, sino para evitar un derroche abusivo. Se ha de vivir con un cierto desahogo, sin ostentaciones ni lujos. Porque hay cosas lujosas que desdicen de la conducta de un hombre o una mujer de fe. Las compras deben acomodarse a las necesidades reales y no a los caprichos, sin intentar alargar el brazo más que la manga. ¡Cuántos sofocos y berrinches nos ahorraríamos si fuésemos más parcios y comedidos en los gastos, si le sacásemos más partido a lo que tenemos!

Aprender de las madres

Gastar es fácil, más difícil es valorar lo que se tiene. Es llamativo el despilfarro que se da en muchos hogares. De las madres de familia hemos de aprender a valorar las cosas, a prescindir de lo superfluo, a responder con buena cara cuando falta lo necesario. Las madres suelen tener un instinto especial para sobreponerse a la escasez de recursos; no hacen tragedia si no les llega el dinero a fin de mes y responden con una sonrisa cuando han de hacer algún sacrificio para sacar adelante su hogar.

La sabiduría de las madres es sencilla, pero efectiva. Sería una pena perder esta valiosísima tradición, salpicada tantas veces de sacrificios, de generosidad y renuncia, pero también de alegría. Nuestras madres, como nuestras abuelas, no se sintieron esclavas de sus caprichos; al contrario, se sentían muy libres, daban valor a lo poco que tenían. Gracias a la libertad de espíritu con que actuaban, gobernaron bien su hogar, educaron a sus hijos en la sobriedad, les enseñaron a ser fuertes, trabajadores y responsables. Hoy, por desgracia, han cambiado mucho las cosas. No se valora lo que se tiene; es más, se ambiciona tener cada vez más para disfrutar de mayores placeres.

Por ambición, por vivir de caprichos, algunos se han visto al final de la vida sin salud y sin dinero. Viejos y jóvenes observan con horror que la felicidad que tanto anhelaban se les ha escapado de las manos, que sus ilusiones se han trastocado y convertido en lágrimas y lamentaciones. Aún tenemos reciente los tristes sucesos de la macrofiesta de Halloween en el *Madrid Arena*. ¡Cuántas ilusiones perdidas, cuántas vidas rotas en plena juventud cuando apenas comenzaban a disfrutar de ella! Todas sus ilusiones y deseos de felicidad se evaporaron en un santiamén, por causa de la ambición y codicia de unos desaprensivos sin escrúpulos. Cinco muchachas jóvenes en la flor de su vida pagaron muy cara la imprudencia de unos organizadores ávidos de ganancias.

A más de uno le ha hecho pensar mucho aquella triste madrugada madrileña. Y se preguntan: ¿no existen formas más seguras de diversión? ¿Es que la ambición de unos irresponsables puede quedar impune? La búsqueda del placer sin control hizo que aquellos jóvenes se convirtieran en títeres indefensos de tales especuladores. Se aprovecharon de su juventud y ganas de disfrutar para hacerlos esclavos de sus ambiciones lucrativas, de una felicidad que lo único que podía ofrecerles era vaciedad y hastío. Y en este caso, hasta la misma muerte.

Libertad de espíritu

El ser humano es más vulnerable de lo que parece. Con mucha más frecuencia de lo que le gustaría se ve sometido a los vaivenes de las pasiones, dominado por el desorden de los sentidos. Se cede con facilidad a lo que apetece, sin darnos cuenta muchas veces de la trampa que nos tiende la propia concupiscencia. Y lo peor es que, salvo casos muy contados, apenas se le da importancia. Algunos —para justificarse— piensan que lo que les gusta, por el hecho de gustarles, es bueno. Y sin mediar reflexión alguna, por comodidad o indolencia, dejan que se apodere de ellos el desorden, que se atrofie su voluntad y pierdan con ello sensibilidad en su espíritu. Y en lugar de gozar y disfrutar de modo apacible de lo bueno, buscan con denuedo el gozo y el placer en «bienes» sin

sustancia, que irritan y dejan vacíos por dentro.

¿Ocurre por ingenuidad o por insensatez? Quizá por ambas cosas a la vez; en el fondo, por imprudencia. La persona prudente reflexiona antes de actuar, sabe lo que debe hacer en cada caso y elige lo más conveniente; no de modo forzado, sino de buena gana, con libertad de espíritu. La persona realmente libre no se siente constreñida ni atada por nada ni por nadie. Disfruta de las cosas con agradecimiento y mesura, sin obsesiones ni premuras. El apego a lo que se tiene o la obsesión de conseguir lo que gusta, nubla la razón, debilita la voluntad y termina llenando de inquietud. En esta situación, es lógico que nos preguntemos: ¿Qué actitud tengo ante los bienes que poseo? ¿Pongo orden en mis sentidos y apetitos? ¿Estoy realmente desprendido de lo que tengo?

Viene bien considerar este consejo de *Camino*: «Despégate de los bienes del mundo. —Ama y practica la pobreza de espíritu: conténtate con lo que basta para pasar la vida sobria y templadamente.

— Si no, nunca serás apóstol» (n. 631).

Vivir desprendido de lo que se tiene, contentarse con lo que basta, es indispensable para ser feliz y llenarse de paz. Si queremos imitar al Maestro, es necesario fortalecer la voluntad, disponerse a combatir los embates de la concupiscencia y, cuando sea preciso, «huir» de las ocasiones de ofender a Dios. Frente a la ambición de poseer o codiciar, hemos de poner nuestra confianza en el Señor. Imprescindible para alcanzar la verdadera libertad de espíritu, cortar con la dependencia de los sentidos y amar a Dios con el corazón entero.

En esta atmósfera de libertad y alegría se comprende mejor que el placer más que del poseer procede de saber disfrutar de lo que se tiene. Lo cual se traduce, como más adelante veremos, en no crearse necesidades ni envidiar lo que otros puedan tener. Lo importante, como venimos diciendo, es aprender a vivir desprendidos de lo que se tiene, ser libre y buscar en todo la voluntad de Dios.

En el libro de los Proverbios (30, 7-9) se encuentra una oración en la que el profeta Agur, dirigiéndose a Dios, le pide:

*Dos cosas pido de ti, no me las niegues antes de que me muera:
aleja de mí vanidad y mentira, no me des miseria ni riqueza,
concédeme el pan necesario, no sea que me sacie y te niegue
y llegue a decir: «¿Quién es el Señor?», o no sea que
me empobrezca y robe y profane el Nombre de mi Dios.*

Agur no pide al Señor que le dé mucho o poco. No quiere para él ni riqueza ni pobreza. Tan solo lo necesario para vivir sin apreturas y poder alabar con libertad a su Señor. El profeta manifiesta la convicción de que la felicidad no está en tener, sino en disponer de lo necesario para vivir con dignidad. Si esto le faltara, se podría volver contra Dios. No es que Agur busque la felicidad de modo egoísta; no quiere para él ni miseria ni riqueza, sino vivir con desahogo para dar gracias al Señor. Y porque confía en Él, espera obtener todo cuanto le pide, y por eso le agradece de antemano que le haya escuchado.

Conjugar prudencia y libertad

¡Qué importante es la prudencia! Sin ella la libertad se depaupera. Gracias a la prudencia puede ponerse orden en lo que se hace, manteniéndose la voluntad dentro de los límites razonables. La palabra prudencia procede de la voz latina *prudentia*, que como virtud tiene mucho que ver con la providencia, de *procul videre*, que es ver desde lejos previendo las consecuencias. San Isidoro de Sevilla en sus *Etimologías* define al prudente como «el perspicaz, el que prevé los casos inciertos que pueden ocurrir». También se ha relacionado la prudencia con la *discretio*, que significa «elección», «buen juicio», emparentada a su vez con el verbo *discernere*, que significa capacidad para discernir. El discernimiento, el buen juicio, es la médula de la prudencia.

Jesucristo invita a escuchar su doctrina y a edificar sobre la prudencia. «Todo el que viene a mí y escucha mis palabras y las practica, os diré a quién es semejante. Es semejante a un hombre que, al edificar su casa, cavó profundamente y puso los cimientos sobre roca. Cuando vino la crecida, el río se precipitó sobre la casa y no pudo derribarla porque estaba bien cimentada. Pero quien oye y no practica, se parece al que edificó su casa sobre tierra sin consistencia; irrumpió el río contra ella y al instante se derrumbó, siendo grande la ruina de aquella casa» (*Lc 6, 47-49*).

No pide Jesús que seamos ingenuos, sino prudentes: «Prudentes como serpientes y sencillos como palomas» (*Mt 10, 16*). San Pablo, por su parte, matiza y distingue la «prudencia de la carne», contraria a los criterios de Dios, de la que procede del Espíritu, según el querer de Dios. «La sabiduría de la carne es muerte, pero la del Espíritu, vida y paz» (*Rom 8, 6*).

La Sagrada Escritura insiste en la necesidad de ser prudentes, meditando los mandatos divinos. Siendo prudentes se garantiza la rectitud de la conducta, se evitan vicios como la locuacidad, la venganza, la lujuria o la codicia. La prudencia ayuda a discernir lo que se debe hacer, distinguiendo el bien verdadero del falso y eligiendo en cada caso los medios oportunos (cf *CEC 1806*). La felicidad no está, como muchas veces se piensa, en disfrutar sin límite ni medida de lo que gusta o apetece, ya sean manjares, bebidas o sexo. Aunque se trate en algunos casos de cosas buenas, se ha de proceder con prudencia, discernimiento y responsabilidad.

Algunos, sin mediar reflexión, ponen todo su esfuerzo en disfrutar y ser felices. En ocasiones, por insensatez, para presumir y pavonearse ante amigos, familiares o vecinos. Ponen su buena imagen por encima de principios éticos fundamentales. Una imprudencia. Solo se dan cuenta de su errado comportamiento cuando se topan con la dura realidad. Y puede que entonces envidien a los que son felices. No porque hagan nada especial, sino porque actúan con sensatez y cordura. Aprendieron a edificar su vida sobre la roca firme de la prudencia.

La sensatez y el autodomínio son necesarios para controlar el desorden de las pasiones. Por disfrutar de una situación relativamente holgada, algunos tienen la *sensación* de ser felices, por hacer lo que les gusta y apetece. Pero es un placer que les dura poco; se volatiliza pronto y aparece el hastío y el desencanto de la vida. Con el deseo de mantener su gozo inicial, redoblan esfuerzos y ponen toda clase de medios. Cuando a pesar de ello

no lo consiguen, les domina la irascibilidad y la rebeldía, la susceptibilidad y el mal humor. No han comprendido aún que sin prudencia la libertad se depaupera, que el gozo da paso al pesimismo y la tristeza.

Conjugar prudencia y libertad es una exigencia para cualquiera que aspire a ser comedido y sensato. Lo cual obliga, entre otras cosas, a ser reflexivos, a ponderar las cosas, a tener bien puestos los pies en el suelo sin alimentar ilusiones. La persona prudente y libre en su espíritu, se alegra con todo lo bueno, es sobria, sencilla y natural, sin andar creándose necesidades. De ahí que no le hagan mella las incomodidades, que esté libre de celos y envidias, que disfrute de todo sin temores ni encogimientos. Tiene, porque es prudente, el maravilloso don de la oportunidad.

En este clima de libertad y prudencia no caben las modas o comportamientos contrarios al querer divino, ni las dependencias ni las esclavitudes. En *Amigos de Dios* se hace esta reflexión: «Esclavitud o filiación divina: he aquí el dilema de nuestra vida. O hijos de Dios o esclavos de la soberbia, de la sensualidad, de ese egoísmo angustioso en el que tantas almas parecen debatirse [...] Cuando nos decidimos a contestar al Señor: *mi libertad para ti*, nos encontramos liberados de todas las cadenas que nos habían atado a cosas sin importancia, a preocupaciones ridículas, a ambiciones mezquinas. Y la libertad —tesoro incalculable, perla maravillosa que sería triste arrojar a las bestias— se emplea entera en hacer el bien» (n. 38).

V. NADAR A CONTRACORRIENTE

1. PARÁBOLA DE LAS DOS SENDAS

No debe extrañarnos que haya momentos en los que tengamos que nadar a contracorriente. La sociedad de hoy se ha vuelto caprichosa y permisiva, avara y comodona; parece que no tiene otra meta que la de disfrutar de todo, y cuanto más mejor; relega a un plano secundario los valores del espíritu. Por eso se tiende a vivir de espaldas a Dios. No se reconocen otras leyes que las procedentes de una voluntad mayoritaria, aunque pueda demostrarse más tarde que tal voluntad estaba equivocada.

No olvidemos que fue una mayoría del pueblo, azuzado por las autoridades religiosas de Israel, la que condenó a muerte a Jesús. Forzó a Pilato, entonces gobernador romano de Judea, a que declarase culpable al rabbi de Nazaret y lo condenara a morir en la cruz. Así, el que era la Verdad, fue juzgado y condenado por quienes amigos de la mentira poco o nada les importaba la verdad; acabaron imponiendo «su verdad», mientras los hechos demostraban a las claras todo lo contrario. Algo similar se repite hoy. La gente va a lo suyo, no quiere complicarse la vida, y cuando les interesa dan la espalda a la voz de su conciencia. No comprenden que un día, probablemente próximo, tendrán que dar cuenta a Dios, tanto de sus obras como de sus omisiones.

En cierta ocasión, una persona preocupada por lo que le sucedería al final de su vida, se acercó al Maestro y sin más preámbulo le preguntó: «Señor, ¿son pocos los que se salvan?» (*Lc 13, 23*). Jesús no quiso responderle directamente. Dirigiéndose a los allí presentes, les dice: «Esforzaos en entrar por la puerta estrecha, porque os digo que muchos intentarán entrar y no podrán». San Mateo comenta en su evangelio: «¡Qué angosta es la puerta y qué estrecha la senda que lleva a la Vida, y qué pocos son los que la encuentran!» (*Mt 7, 14*).

La vida humana, como se desprende de estos dos textos, es como un camino. Un camino en el que hay dos sendas: una conduce a Dios, la otra se aleja poco a poco de Él. Es obvio que importa sobre todo dar con la senda verdadera, para que al final de nuestros días se nos abran las puertas del cielo.

Dos sendas, por tanto, de las que se derivan dos actitudes. Una representa a los que buscan lo cómodo y placentero, lo fácil, lo que menos cuesta, y no dudan en dar al cuerpo cuanto les pida. Rehuyen por esta razón el sacrificio, rechazan el dolor y el sufrimiento, no sujetan sus sentidos ni controlan su imaginación. Por la otra senda, en cambio, caminan los que aman a Dios y son generosos, los que controlan sus pasiones y sentidos, lo que gracias al dominio que tienen de sí no le hacen ascos al sacrificio. A estos se les ve caminar con paso alegre y decidido, como peregrinos que saben dónde se

dirigen; si hacen algún alto en el camino, es tan solo para descansar lo necesario y renovar energías. Es gente sencilla, humilde de corazón, ligera de equipaje y libre de apegamientos.

Estas dos sendas que se abren ante el hombre le invitan a tomar una decisión firme en la que no caben los aplazamientos. El dilema es sencillo: o se opta por la vida cómoda y placentera, o por esa otra sacrificada y dolorosa, no exenta de sufrimientos. Quienes eligen esta segunda lo hacen por el deseo de identificarse con Jesucristo. Son personas despegadas del propio yo, que aceptan libremente la voluntad divina. Esta senda de renuncia y de sacrificio, se convierte por el amor de Dios en camino de libertad, gozo y optimismo.

A la hora de decidirse por una u otra senda, vale la pena que nos preguntemos: ¿con cuál de estas dos sendas me identifico? ¿Prefiero la que es más cómoda, la que satisface mis deseos, o aquella otra que me exige sacrificio, olvidarme de mí y entregarme a los demás? Se sabe si la elección es correcta en la medida en que uno mismo se sienta más libre y contento, más servicial y generoso.

El *Libro de los Salmos* habla también de dos caminos: el de la sabiduría y el de la necedad (1, 1-6). Solo el que elige el primero goza de verdadera libertad, mientras que los que prefieren el segundo se topan enseguida con la insensatez y la torpeza mental. Se nos indican algunas señales:

*Dichoso el hombre
que no sigue consejo de impíos,
ni se detiene en el camino de pecadores,
ni toma asiento con farsantes,
sino que se complace en la Ley del Señor
y día y noche la medita.
Será como un árbol
plantado al borde de acequia,
que da fruto a su tiempo
y no se marchitan sus hojas.
Todo cuanto emprende prospera,
pero no así los impíos.*

*Son como polvo que dispersa el viento.
No se levantarán en el juicio,
ni los pecadores en la asamblea de los justos.
Porque el Señor vela sobre
el camino de los justos,
mientras el de los impíos acaba en perdición.*

Dos caminos, dos sendas. A ellas alude también el Maestro cuando invita a seguirle a los que le escuchan. «Si alguno quiere venir en pos de mí, niéguese a sí mismo, tome su cruz cada día y sígame» (Lc 9, 23). El cuarto evangelio matiza y concreta la invitación

del Señor. «Quien ama su vida, la pierde; y quien aborrece su vida en este mundo, la guarda para la vida eterna» (Jn 12, 25). Palabras fuertes sin duda y exigentes, a las que el Maestro no rebaja ni un ápice su radicalidad. Cualquiera que desee seguirle debe estar dispuesto a darse por entero, a sacrificarse y olvidarse de sí, condición necesaria para conformar su vida con la de Cristo. No cabe en el cristiano el vivir para sí mismo, para sus gustos y caprichos; por amor a Dios ha de estar dispuesto a prescindir de lo que estorba para llegar a ese amor. Lo que al final importa es cumplir la voluntad de Dios, aunque cueste o no se sienta ningún placer sensible.

San Juan Crisóstomo, haciéndose eco de las palabras de Jesús, comenta: «Al decir que *son pocos los que la encuentran* (la senda estrecha), manifiesta la desidia de muchos, y por eso advierte a los que le escuchan que no se fijen en el bienestar de los muchos, sino en los trabajos de los pocos». Son ellos, en efecto, los que aman la entrega generosa, tan distinta de esa otra aburguesada del que se busca y ama a sí mismo. La identificación con Jesucristo no es un camino de rosas y placeres, sino de cruz, de libertad y sacrificio. La abnegación es fruto del amor, del afán sincero de servir. Se convierte así en camino de paz y alegría, aunque no falten los sinsabores o la contradicción, o el dolor y el sufrimiento en medio de la alegría. Dolor y alegría. Una aparente paradoja, ininteligible e inalcanzable para los que optan por una vida cómoda y placentera. ¿Cómo van a entender ellos lo que significa la abnegación y el sacrificio?

Una elección que libera

Al comienzo de la era cristiana, los primeros fieles tuvieron que librar una dura batalla contra las costumbres paganas y las inmoralidades de su tiempo. La sociedad en la que vivían sufría grandes convulsiones a consecuencia de una moral relajada y permisiva. La gente buscaba con vehemencia disfrutar de todo tipo de placeres, haciéndose populares las orgías y bacanales que montaban con total desenfreno. Como seguidores del Maestro, aquellos hombres y mujeres eran conscientes de que necesitaban nadar a contracorriente si querían mantenerse fieles a sus compromisos y difundir la buena nueva. Necesitaban ser coherentes y dar testimonio, y nada mejor que demostrarlo viviendo la castidad, la sobriedad y la templanza. Tarea que no les iba a resultar fácil. Ante sí tenían un público hostil, una sociedad ignorante, cargada de ambiciones y placeres libidinosos. Aun así, no se acobardaron. Fortalecidos por la gracia, navegaron a toda vela, alegres y confiados, desafiando vientos potentes y muy poderosos. Con su amor a Dios y su esfuerzo personal lograron difundir por aquellas tierras paganas la buena nueva de salvación. Su generosidad terminó dando en poco tiempo frutos bien cuajados.

La vida heroica de aquellos hombres y mujeres ha quedado relatada en la *Epístola a Diogneto*, un documento de comienzos del siglo segundo. De ellos se dice que no eran seres extraños, al contrario: «se adaptan en vestido, comida y demás género de vida a los usos y costumbres de cada país, dando muestras de un tenor peculiar de conducta, admirable y, por confesión de todos, sorprendente. Habitan sus propias patrias, pero como forasteros; toman parte en todo como ciudadanos y todo lo soportan como

extranjeros; toda tierra extraña es para ellos patria [...]

»A todos aman y por todos son perseguidos. Se les desconoce y se les condena. Se los mata y en ello se les da la vida. Son pobres y enriquecen a muchos. Carecen de todo y abundan en todo. Son deshonrados y en las mismas deshonras son glorificados. Se los maldice y se los declara justos. Los vituperan y ellos bendicen. Se los injuria y ellos dan honra. Hacen bien y se les castiga como malhechores; castigados de muerte, se alegran como si se les diera la vida» (cap. VI).

Han pasado veinte siglos y muchos cristianos aún no se han enterado de aquella gesta tan sorprendente, que hoy nos toca a nosotros vivir. La Carta apostólica *Porta fidei* anima a los cristianos a poner por obra su fe, y los convoca a una nueva evangelización. «También hoy —se dice— es necesario un compromiso eclesial más convencido a favor de una nueva evangelización para redescubrir la alegría de creer y volver a encontrar el entusiasmo de comunicar la fe. El compromiso misionero de los creyentes saca fuerza y vigor del descubrimiento cotidiano de su amor, que nunca puede faltar. La fe, en efecto, crece cuando se vive como experiencia de un amor que se recibe y se comunica como experiencia de gracia y gozo. Nos hace fecundos, porque ensancha el corazón en la esperanza y permite dar un testimonio fecundo» (n. 7).

Cada uno ha de ver qué puede aportar, ya sea en su hogar, en el lugar de trabajo o en la vida política, económica o social. Más que con las palabras, se ha de dar testimonio con el ejemplo de una vida coherente. A la gente lo que de verdad le atrae es la autenticidad, la sencillez, una vida limpia, sobria y generosa. Lo mismo en Nueva York que en Buenos Aires, en Madrid o en Moscú, en un país africano o en otro asiático. Dondequiera que se esté, se ha de sembrar a manos llenas el evangelio, sin recortes ni mutilaciones. Eso obliga, entre otras cosas, a potenciar la fe y la caridad, la humildad y la templanza. «Por sus frutos los conoceréis» (*Mt 7, 16*), dijo el Maestro. Frutos de fe que han de traducirse hoy como al principio en una vida sobria y templada: en el comer y el beber, en los viajes y en las diversiones, en el deporte o en los momentos de asueto. El buen ejemplo, no lo olvidemos, tiene más fuerza que mil sermones juntos.

Por cristianos hemos de estar presentes en los focos neurálgicos de la sociedad. Donde se pueden defender temas relacionados con el matrimonio y la familia, con la educación y la cultura. Sin olvidar, naturalmente, por su gran influencia, los medios de comunicación, el mundo de la moda, las asociaciones sindicales, vecinales o deportivas. Ámbitos todos ellos de gran repercusión social a los que debe llegar la buena nueva en todo su vigor y su fuerza. Se ha de exponer con valentía y audacia, sin complejos ni temores.

Tendremos que nadar a veces a contracorriente, pero no importa cuando se confía en la misión recibida. No siempre soplan los vientos a favor. Lo normal es que encontremos turbulencias, prejuicios, animadversiones y en ocasiones una oposición frontal a cuanto supone honradez, responsabilidad y coherencia. Lo experimentaron también los primeros cristianos. Pero lograron transformar con su fe las costumbres paganas de su tiempo. Hoy nos toca a nosotros hacer otro tanto.

Llegados a este punto, tal vez alguno se pregunte: ¿por qué los cristianos siguen

encontrando tantos obstáculos y contradicciones? ¿No habrá disminuido el poder de Dios y la fuerza de su gracia? A esta pregunta se puede responder con otra que nos afecta personalmente: ¿Vivo hoy mi fe con la intensidad y vibración con que aquellos primeros la vivieron? De una cosa podemos estar seguros: el poder de Dios y la fuerza de su gracia no han disminuido. Aunque los obstáculos y las contradicciones se sigan dando, pueden superarse cuando la fe es sólida y dejamos que el Señor vaya por delante.

Necesitamos descubrir nuestras raíces. Con la convicción de que al final la victoria será nuestra, y comprobaremos que el amor siempre triunfa sobre el odio, la generosidad sobre el egoísmo, la humildad sobre el orgullo. Amor, generosidad y humildad. Tres soportes sobre los que se asienta la esperanza y la misma libertad. Porque el Señor permanece de continuo al lado de los que le aman y les ayuda con su gracia. Optar por el amor de Dios, es hacer la elección que de verdad libera.

2. APRENDER A DOMINARSE

Para navegar a contracorriente, para no hundirse cuando aparecen los obstáculos o las dificultades, es necesario el autodomínio. Este, más que una conquista personal, es una acción conjunta de la gracia y de la correspondencia personal. Se necesita para poner orden en los sentidos y apetitos, para ser equilibrados y actuar con ecuanimidad. Tal dominio repercute en todo el ser, en el modo de pensar, amar y actuar.

Los efectos del autodomínio son inmediatos: consolida el carácter, refuerza la voluntad y da mayor clarividencia y agilidad mental. Cuando se carece de él aparece la perplejidad y la duda, es difícil distinguir el vicio de la virtud, la verdad de la mentira. Lo cual explica que sean tantas las personas seriamente afectadas por sus desequilibrios, incapaces de poner orden en sus pasiones, de transformar sus malos hábitos en virtudes.

Se comprueba a diario. Seguramente todos conoceremos amigos o parientes que, en un alarde de voluntarismo, se proponen dejar de fumar o iniciar una dieta de adelgazamiento, o cortar sus dependencias de internet, móvil, televisor, videojuegos... Son propósitos buenos, pero a veces ineficaces: por falta de voluntad, por pereza o indecisión. Se trata de personas que carecen de autodomínio, que desisten de sus propósitos en cuanto se topan con la dificultad o el cansancio. Se han hecho esclavas de su pereza y comodidad, sin el coraje y la valentía para adquirir hábitos de superación, de orden y reciedumbre. Y como por otra parte su fe es floja, ni siquiera se plantean acudir a Dios en busca de ayuda.

En el fondo, a estas personas les falta convicción, se mueven por prontos o arranques voluntariosos, sin percatarse que lo primero que han de hacer es fortalecer su voluntad, aún muy frágil y quebradiza. Para ello han de aprender a ser humildes, realistas, para sobreponerse a su comodidad y hacer frente a su desgana. Mala cosa es que por orgullo o testarudez pretendan hacer siempre lo que les gusta, su capricho. Cuando no lo consiguen se vienen abajo. No es raro que en esas circunstancias se vuelvan respondones, irritables y mal educados. Si no consiguen dominarse, no podrán cumplir lo que se proponen.

Se necesita un mínimo autodominio para superar los obstáculos y las dificultades. Es preciso crecer en temple interior, en autoestima y optimismo para llevar a cabo los propósitos que se hacen con valentía y audacia. Si además se pide a Dios la gracia que se necesita, se pueden superar vicios tan groseros como la glotonería, la ebriedad o la lujuria. Siempre con la firme determinación de no cejar en el intento, de perseverar con ganas o sin ellas.

A más de uno quizás le pueda parecer todo esto un poco costoso. Pero, bien mirado, no se necesitan dotes o talentos excepcionales. Basta con humildad, libertad de espíritu y amor de Dios. Con estos presupuestos es posible plantar cara a la arrogancia y al egoísmo, a las apetencias y deseos carnales. Si gozamos de autodominio lograremos poner orden en nuestros sentidos y pasiones, recuperaremos la paz y potenciaremos la libertad. Es importante tener autodominio, ser dueños de nuestros propios actos. Llamen la atención esos matrimonios que al poco de casarse deciden poner fin a su compromiso. ¿Por qué lo hacen? ¿Existe alguna explicación coherente? No lo parece. Tal vez influyan circunstancias diversas, personales o ambientales.

No hace mucho me contaron el caso de una chica que tan solo cuatro semanas después de su boda dejó plantado a su marido y se fue a vivir a casa de una amiga. Aducía en su favor la imposibilidad de soportar los modales bruscos de su marido, su carácter agresivo y absorbente, el que quisiera vivir a su costa y no mostrara interés alguno por buscarse un trabajo... Y acabó cansada, no podía seguir soportando la situación que se había creado. Como sus padres vivían lejos, se le ocurrió recurrir a una amiga que había conocido en sus años universitarios. Necesitaba hablar y desahogarse, y pensó que ella podría escucharla y comprenderla.

No se trata de un caso aislado, por desgracia se repite con frecuencia. Ahora bien, en el caso de esta chica, hay que preguntarse: ¿puso todos los medios que tenía a su alcance para ganarse a su marido? ¿Intentó ayudarlo a mejorar para que diera un enfoque positivo a su vida? No parece que lo hiciera o, si lo hizo, debió cansarse muy pronto. Su falta de autodominio la dejó sin fuerza para darle la vuelta a la situación creada. La decisión de romper con el marido no podía atribuirse tan solo a su mal carácter, puesto que también ella había dado muestras de un genio incontrolado y de mal humor. Le faltó paciencia. Por encima de todo —y ahí está la clave— quería disfrutar, ser feliz, libre de cortapisas. Y como además quería controlar su dinero, el marido suponía un serio obstáculo, por su desidia e inactividad. Por eso decidió cortar por lo sano, sin ganas de afrontar el problema. Se equivocaba al pensar que podría ser feliz sin asumir las cargas que la vida matrimonial conlleva.

El deseo de pasarlo bien y disfrutar sin medida, hasta el punto de rehuir el dolor y el sacrificio, es un serio obstáculo para quien desee actuar con sensatez y coherencia. La falta de autodominio puede dar al traste con los planes que se hagan. Por lo que se refiere al matrimonio, los cónyuges han de tener dominio de sí, han de ser responsables de sus actos. Si no lo han hecho, deben introducir en su vida una nueva variable: el olvido de sí, con la aceptación alegre y gustosa del sacrificio. La vida cómoda y placentera que algunos imaginan en el matrimonio, nada tiene que ver con la realidad. De ahí que en

cuanto se cambian o se alteran sus planes surjan los problemas y aparezcan los enfados, la irascibilidad y hasta la infidelidad. El autodominio es imprescindible para ser pacientes y comprensivos, resistentes al dolor y con la suficiente cintura para driblar enfados, protestas e irritaciones.

La avidez de placeres

La mayoría de las frustraciones que se producen en la vida familiar o profesional se debe a una falta de autodominio, que conduce casi siempre a la avidez de placeres, a un ansia vehemente e irrefrenable de disfrutar y pasarlo bien. Por lo general esto se traduce en un deseo de dar al cuerpo lo que pide, sin límite ni control. Es en este sentido muy lamentable la imagen del hombre lujurioso, zarandeado de acá para allá por su avidez de placeres. En estos casos viene bien recordar la parábola del rico epulón y el pobre Lázaro (Lc 16, 19-31) con el fin de extraer sus consecuencias. Como se sabe, el rico vestía de púrpura y lino finísimo, celebraba a diario succulentos banquetes, disfrutaba sin medida de todo tipo de placeres. En cambio, el pobre Lázaro yacía a su puerta cubierto de llagas deseando alimentarse de lo que caía de la mesa del rico. Nadie le hacía caso, tan solo los perros se le acercaban para lamerle las llagas. Murió el pobre y fue llevado por los ángeles al seno de Abraham. Murió el rico y fue sepultado. Estando en el infierno, en medio de los tormentos, levantó los ojos y vio a lo lejos a Abraham y a Lázaro en su seno. Gritó con voz fuerte: «padre Abraham, ten compasión de mí y envía a Lázaro para que me refresque la lengua porque aquí me abraso...». Abraham le respondió. «Recuerda que tú ya recibiste bienes durante tu vida, y Lázaro, por el contrario, males. Ahora él aquí es consolado y tú eres atormentado».

La parábola sirve para tomar conciencia de las consecuencias a las que conduce la avidez de placeres. La vida del rico, su ansia de disfrutar sin medida, tuvo un fin desgraciado; de nada le sirvieron sus riquezas para la otra vida, aunque el sepulcro donde lo enterraran fuera muy lujoso. Experimentó en su propia carne que la vida disipada y llena de placeres conduce a la ruina. Todo lo de aquí pasa. Solo enriquecen, y para siempre, los bienes del espíritu. Así lo experimentó, entre otros santos, Teresa de Jesús, quien exclama:

Nada te turbe / nada te espante /
Dios no se muda / todo se pasa /
la paciencia / todo lo alcanza /
Quien a Dios tiene nada le falta /
Solo Dios basta.

Todo lo de aquí pasa, nada podremos llevarnos al marcharnos. Recordaba el papa Francisco lo que hace años le decía su abuela: «*El sudario no tiene bolsillos*». Y comentaba a este propósito: «Debemos pensar: *No tengo riquezas, mi riqueza es solamente el don que he recibido, Dios*. Nuestra alegría no nace de tener muchas cosas, sino de haber encontrado a una persona: Jesús».

¡Qué insensatez, por tanto, lanzarse en busca de placeres que se acaban tan pronto! Ningún bien de la tierra puede saciar el hambre de felicidad que el hombre siente en su corazón. ¡Cuántos caprichos, cuánta banalidad, cuántas ambiciones y sensualidades! Por su avidez de placeres algunos quedan a merced de los eslóganes publicitarios, que casi siempre ofrecen placeres de bajo precio, sucedáneos de la verdadera felicidad.

La avidez de placeres, la seducción de las riquezas, aleja al hombre de la felicidad que ansía. Hay un camino más corto y seguro para llegar a ella; fue el elegido por Lázaro quien, olvidado de sí, aceptó en todo momento la voluntad de Dios. No se reveló ni protestó cuando ni siquiera le permitían tomar de las migajas que caían de la mesa del rico. Dueño de sí, dominador de sus pasiones, aprendió a sufrir en silencio. El suyo fue un camino plagado de dolor, de renuncia, lleno de continuos «no» a los deseos y apetencias carnales. Nada pudo Epulón contra Lázaro: ni le arrebató su libertad ni lo convirtió en compañero de sus orgías y bacanales. ¡Cuántos epulones andan sueltos por estos mundos de Dios! Personas que sin escrúpulo sojuzgan a los demás y los tratan con desprecio, convirtiéndolos en esclavos, en marionetas de sus mezquinos intereses.

La avidez de placeres suele acabar en decepción y hastío. Son placeres sin alma, que producen frustración y desencanto. Cercenan la libertad y convierten a sus «fieles» en esclavos de sus deseos. Engañados, vacíos y asqueados por los espejuelos de una felicidad efímera, al final buscan consuelo y orientación en alguien que pueda sacarlos del pozo profundo de su esclavitud. No lo conseguirán por tener una voluntad de acero, sino por su autodomínio y el recurso a la gracia de Dios.

Sensualidad disparada

Como es fácil comprobar, asistimos hoy a un espectáculo singular: la exaltación de lo sensible, el descontrol de las pasiones. Una sensualidad agigantada por el deseo inmoderado de placeres, por querer disfrutar de todo con desenfreno. Sin dominio de sí, sin control de los apetitos, la sensualidad se puede disparar. Quizá alguno diga: «Bien, de acuerdo, pero ¿por qué voy a abstenerme de lo que me gusta? ¿Acaso no puedo dar gusto a mis sentidos, tengo que renunciar a ser feliz?». Y puede acabar diciendo: «Cuando hago lo que me apetece soy feliz. No puedo rechazar lo que es bueno para mí, soy libre y nadie puede impedirme que disfrute de lo que me plazca».

Es un modo de reaccionar muy extendido. Y lo malo es que lo emplean gentes que alardean de libertad, que presumen de no ser esclavos de nadie. Lo proclaman a los cuatro vientos, pero su vida los contradice. En realidad, son personas que carecen de autocontrol, que cuando se les dispara la sensualidad son incapaces de ponerle freno. Dan al cuerpo lo que le apetece, sin poner límites a sus deseos de gozar. Se manifiesta a la hora de comprar. Todos conoceremos personas que se vuelven compulsivas cuando algo les entra por los ojos, gastando cantidades ingentes en ropa, comilonas, diversiones... ¡Goza y disfruta de la vida!, es el grito de guerra de estas personas. Y lo hacen sin ningún tipo de reparo o escrúpulo. Y los hay que incluso aprovechan sus negocios poco limpios para satisfacer su sensualidad, para disfrutar del mayor placer

posible. Les trae sin cuidado la repercusión social de su deshonesto conducta, y menos sus consecuencias morales. Lo que les importa es gozar, satisfacer su alocada sensualidad. Hipnotizados por ella, terminan por dejar vacío su espíritu. Por eso andan desnortados, a la caza y captura de cualquier placer. Gente sin criterio, que presumen de libertad pero que en realidad son esclavos de sus pasiones.

No todo en la vida es placer. «Vivir —se dice en *Amigos de Dios*— es enfrentarse con dificultades, sentir en el corazón alegrías y sinsabores, y en esta fragua el hombre puede adquirir fortaleza, paciencia, magnanimidad, serenidad» (n. 77). Hay que contar con las dificultades. Jesús no ha prometido a sus seguidores una vida cómoda, sino una vida de sacrificio, amor y alegría.

El descontrol de las pasiones se combate con dosis generosas de fortaleza y esperanza. Actúan estas virtudes como muros de contención ante las crecidas de la sensualidad, la mejor salvaguardia de la libertad. Se descubre así la falacia de los que aseguran que se puede ser feliz dando al cuerpo lo que reclama. Esto sería dejarse dominar por la tiranía de la sensualidad, quedar esclavizado por las arremetidas de las pasiones.

Dominar la sensualidad es ganar en libertad y felicidad. Pero lógicamente se ha de proceder con paciencia, con dominio de sí. San Gregorio Magno, en sus *Homilias sobre los Evangelios*, escribe: «Nosotros poseemos el alma con la paciencia porque, aprendiendo a dominarnos a nosotros mismos, comenzamos a poseer aquello que somos y también lo que no somos». Y no olvidemos que somos nada menos que hijos de Dios, con una libertad que es un don que nadie nos puede arrebatar. Gracias a ello, el cristiano puede sobreponerse a los deseos de sus apetitos y sentidos. Sabiéndose hijo de Dios puede mirar el futuro con optimismo y confianza, consciente de que la gracia de Dios no le faltará.

Luchar con esperanza

Para vencer las dificultades planteadas por la sensualidad se ha de luchar con esperanza. Es el mejor camino para librarse de la dependencia de modas y costumbres paganas. Son ellas las que atizan y alimentan el rescoldo de la sensualidad, las que desafían a la persona virtuosa y ponen en peligro su fidelidad. A este desafío se ha de responder con libertad y dominio de sí. Con ello se puede ganar la partida a las modas que insuflan desorden en la conducta y anestesian el espíritu. Con su fina ironía, Oscar Wilde comentaba que la moda es «una forma de fealdad tan intolerable que nos vemos obligados a cambiarla cada seis meses». Tal vez exagere, pero será bueno tomar nota. Con valentía y audacia, con moral de victoria, es preciso luchar contra las modas y costumbres neopaganas, ecos de una moral relajada y permisiva. No hemos de consentir que socaven nuestra libertad, y menos que nos conviertan en marionetas pasivas e inermes de sus sucios negocios.

La historia habla con mucha claridad. Han sido muchos a lo largo del tiempo los hombres y mujeres que hicieron frente a los desafíos de modas y costumbres paganas; con su conducta han dejado un rastro imborrable de ejemplaridad y coherencia. Hasta

nosotros han llegado algunos retazos de sus luchas y victorias, que tuvieron que entablar en ocasiones a pecho descubierto contra enemigos tan insidiosos como la avidez de placeres, la sensualidad o la ambición de poder. Con la fuerza de su fe demostraron que ninguno de esos enemigos es capaz de socavar la esperanza de los que creen y aman a Dios. Ni las pasiones, ni la sensualidad, ni ningún otro obstáculo o contradicción puede apartar al cristiano del camino del bien, de la esperanza por alcanzar la alegría y la paz.

También hoy necesitamos enfrentarnos a desafíos parecidos como los que plantea la concupiscencia, la comodidad o la codicia. Vicios que impulsan a disfrutar sin límites de todo tipo de placeres. Son tentaciones que aunque se puedan «sentir» no deben preocupar, si luchamos y no «consentimos». La tentación no es mala, puede suponer una ayuda para ser humildes, crecerse ante los obstáculos y confiar en Dios. Con su fuerza y llenos de esperanza, podemos dar un «no» rotundo a cuanto pueda apartarnos de Dios. No desesperemos ante las tentaciones. Se ha de ver su lado positivo. Son como lucecitas que se encienden en nosotros para ayudarnos a conocernos mejor, para luchar con decisión y valentía, en especial contra las tentaciones de lujuria, sensualidad o impureza.

Somos libres, y hemos de ser consecuentes. El que lucha vence, aunque a veces sufra y tenga alguna caída. Algunos, dándose las de expertos, afirman que el hombre, aun siendo libre, no puede plantar cara a la tentación ni responder a los impulsos de la gracia. Hay que decirles que sí, que puede, no a causa de un control férreo de la voluntad, sino porque es libre y además hijo de Dios. Y Dios no pierde batallas. De ahí procede la esperanza del cristiano, y con ella la seguridad de superar los envites de la sensualidad, del materialismo o la permisividad, que como miasmas flotan en el ambiente.

3. PROPONERSE METAS CONCRETAS

Lo primero que hemos de preguntarnos es: ¿cómo vivir en una sociedad consumista sin perder la libertad? Por nosotros solos nada podríamos. Contando con la gracia de Dios, lo nuestro es proponernos metas concretas para ser cada día más libres. De sobra sabemos que no somos superhombres ni supermujeres, más bien personas con una voluntad frágil o quebradiza. Sería por eso un error pensar que con nuestras fuerzas podremos superar con éxito las dificultades y ser libres. «Sin mí —dijo el Señor— no podéis hacer nada» (Jn 15, 5). No es que podamos poco, nada en absoluto. En el orden sobrenatural necesitamos contar en todo con la ayuda de la gracia. Importa tenerlo presente.

Dando esto por sentado y con el fin de no dejarnos arrastrar por el torbellino de la sensualidad o el materialismo reinante, hemos de proponernos metas concretas que nos permitan fortalecer la voluntad y ganar en constancia. Aunque demos algunas pistas, corresponde a cada uno fijarse las metas que considere más importantes para él. No obstante, señalamos algunas que pueden ayudar.

- *Orden en las ideas*

A veces, por exceso de ideas, se paraliza la acción. Ideas atolondradas, que suelen manifestarse tal como vienen, sin orden ni fundamento. Que seamos libres no es óbice para que nuestras ideas y pensamientos fluyan con orden, con un mínimo de coherencia. Se ha de expresar libremente lo que se siente, siempre que se haga con orden y racionalidad.

De otra parte, aunque somos libres, la libertad no puede darnos carta de naturaleza para expresar las ideas como nos parezca, ni a loco o de modo banal, ni como si fueran dogmas; por lo general se trata de ideas opinables. En la exposición de esas ideas se ha de ser sobrios, sin apegamientos al propio parecer, con lo que se evita el riesgo de imponer las propias opiniones como si fueran las únicas y más valiosas. Además de distanciarnos de los demás, nuestros argumentos perderían fuerza. Lo malo es que, aun sabiéndolo, podemos empeñarnos en expresar lo que pensamos con vehemencia, de tal modo que el interlocutor se sentiría acorralado y el diálogo se convertiría en un monólogo infructuoso.

En estos casos cuesta dar el brazo a torcer, por lo general a causa de un «yo» engordado por el amor propio. Los pensamientos se convierten entonces en río salido de madre, que acaba arrollando a su paso todo lo que encuentra. Del «yo» ensoberbecido procede casi siempre el desorden y el atropello de las ideas, la dispersión de la mente, una imaginación calenturienta que impide ver la realidad como es. No debemos obcecarnos en nuestra insensatez. Apegarse a las propias ideas es correr el riesgo de sufrir una especie de esquizofrenia mental; a la par que se enarbola la bandera de la libertad, se quiere imponer a los otros las propias ideas. Se confunde así la opinión con la verdad, la libertad con el autoritarismo.

Cada uno es muy libre de pensar y exponer sus ideas como quiera. Pero no debe pensar que son las mejores. Por desorden mental se llega a despreciar las ideas de los demás, hasta caer en la obsesión. Pensamientos obsesivos que pueden asaltar en cualquier momento, aun en los de mayor recogimiento. Se presentan sin previo aviso. Son pensamientos descabellados y turbulentos, fruto de imaginaciones o juicios temerarios. No debe extrañar: nuestra mente es de lo más falible. Por eso urge poner orden en las ideas, para evitar la llamada *trepidatio mentis*, un desorden mental en el que las ideas se atropellan unas a otras y terminan perdiendo su eficacia.

Por falta de sobriedad, el pensamiento se vuelve inconexo, y la mente se asemeja a un cesto en el que el agua que se echa en él desaparece al poco tiempo sin dejar rastro. Las ideas, cuando carecen de orden, hacen perder el tiempo, quitan la paz. Y, lo que es peor: impiden un correcto desarrollo intelectual. Tal desorden influye en la relación con los demás, es ocasión no pocas veces de celos y envidias. Si dejamos que las ideas se vuelvan obsesivas, atacarán como auténticos devoradores, causando en ocasiones destrozos irreparables. ¡Qué importancia tiene gozar de autodomínio para que el «yo» hinchado no campee por sus foros.

En el rezo del *Angelus* del domingo primero de Cuaresma, tras haber anunciado unos días antes su renuncia, el Papa Benedicto XVI hizo unas breves y profundas reflexiones. He aquí un pequeño extracto: «En los momentos decisivos de la vida, pero bien mirado,

en todo momento, estamos frente a una encrucijada: ¿queremos seguir al yo o a Dios? ¿El interés individual, o el verdadero Bien? [...]». Y añadía aludiendo al Año de la Fe: «Es un tiempo favorable para redescubrir la fe en Dios como criterio-base de nuestra vida y de la vida de la Iglesia».

A la luz de la fe pueden verse las cosas con mayor claridad; se convierten entonces las ideas en fermento de servicio generoso, se potencia el amor a Dios y el servicio al prójimo. Es necesario que las ideas y los pensamientos formen un conjunto armonioso a través del cual crezca la personalidad y se dinamice la libertad. Se puede distinguir entonces con más facilidad lo esencial de lo secundario, lo verdadero de lo falso, lo efímero de lo permanente. Lo cual permite reconocer la vulnerabilidad de los propios juicios, dada la falibilidad de la inteligencia y la debilidad de la voluntad.

- *Combatir la ociosidad*

Dejarse llevar de la ociosidad es fuente frecuente de sensualidad y de tentaciones voluptuosas. La ociosidad se ha de rechazar con prontitud para que no se convierta en ocasión de curiosidades, de imaginaciones calenturientas, de pensamientos deshonestos. Porque somos libres, tenemos capacidad para combatir la ociosidad y mantener el tiempo ocupado; eso supone controlar la curiosidad y sujetar la imaginación. Permite, además, valorar las virtudes y buenas obras que apreciamos en los demás. A esto se refería el apóstol san Pablo al recomendar a los fieles de Filipo: «Por lo demás, hermanos, pensad en cuanto hay de verdadero, de noble, de justo, de puro, de amable, de buena fama, todo lo que sea virtuoso y laudable. Lo que habéis aprendido y recibido, lo que oísteis y visteis en mí, ponadlo por obra; y el Dios de la paz estará con vosotros» (*Flp* 4, 8-9).

Buscar lo noble y lo justo, lo bueno y verdadero, es remedio eficaz para superar la ociosidad. Se ha de empezar por respetar este orden: primero Dios, después de los demás y, en último lugar, yo. Lo cual nos hace más comprensivos y conciliadores, se valora lo que de virtuoso, justo y bueno hay en las personas. Como por otra parte sabemos que el tiempo es breve, nos apresuraremos a aprovecharlo realizando cada vez obras más perfectas. No hemos de dejar para mañana lo que podemos hacer hoy, de lo contrario caeríamos en la ociosidad. Pueden servir en este sentido un consejo de *Camino*:

«Pórtate bien «ahora», sin acordarte de «ayer», que ya pasó, y sin preocuparte de «mañana» que no sabes si llegará para ti».

«¡Ahora! Vuelve a tu vida noble ahora. —No te dejes engañar: «ahora» no es demasiado pronto... ni demasiado tarde» (nn. 253-254).

El «ahora» es adverbio de tiempo, que indica decisión, coraje y valentía para hacer lo que se debe sin dejarlo para mañana. El mañana o el después es sinónimo de ociosidad. Y pactar con la ociosidad es fuente de inmadurez. Por cristianos hemos de plantarle cara a la pereza y a la comodidad, decididos a trabajar con ilusión y alegría, conscientes de que así imitamos al Maestro.

- *Dominar la lengua*

¡Cómo cuesta! Pero qué importante es para ser dueño de uno mismo. Este dominio se manifiesta de ordinario a través de la palabra, oral o escrita. Se habla más que se escribe. No obstante, la palabra ya sea oral o escrita expresa lo que se lleva en el corazón. Un vehículo inestimable para expresar los sentimientos más íntimos y profundos. Sentimientos que pueden ser de simpatía o antipatía, de conformidad o reproche, de ternura o indignación. ¡Cuánto bien puede hacer una palabra dicha a tiempo, y cuánto daño si se pronuncia con destemplanza! La meta es proponerse dominar la lengua, que es tanto como ser sobrios y ponderados en el uso de la palabra.

Dominar la lengua no es una tarea fácil, aunque supone una ayuda muy valiosa para sembrar el bien y ganar en libertad. El apóstol Santiago sitúa la perfección de la persona en el dominio de la lengua. Sabemos que «*ex abundantia cordis os loquitur*» (Mt 12, 34), de lo que se lleva en el corazón habla la boca. Y porque la palabra refleja bien la categoría y excelencia de la persona, el Apóstol dice con toda claridad y sin ambages:

«Si alguno no falta de palabra, es un hombre perfecto, capaz también de controlar todo su cuerpo. A los caballos les ponemos freno en la boca para que nos obedezcan, y dirigimos así todo su cuerpo. Observad también las naves, que, aunque sean grandes y estén empujadas por fuertes vientos, son dirigidas por un pequeño timón, según desea la voluntad del piloto. Así también la lengua: es un miembro pequeño y se gloria de grandes cosas. Ved qué pequeño fuego abrasa un bosque extenso. La lengua también es un fuego, un mundo de iniquidad; la lengua está inserta en nuestros miembros, contamina todo el cuerpo, e inflamada por el infierno, inflama a la vez el curso de la vida. Toda clase de fieras, aves, reptiles y peces se doman y han sido domados por el hombre. Pero ningún hombre ha podido domar jamás la lengua, es un mal incontrolable lleno de veneno mortal. Con ella bendecimos al Señor y Padre, y con ella maldecimos a los hombres, que han sido hechos a imagen de Dios» (Sant 3, 2-9).

En la medida que se logre dominar la lengua, se ganará en libertad y se saboreará el placer de ser dueño de los propios actos. Somos frágiles, no hemos de olvidarlo; pero, como hemos dicho, contamos con la fortaleza de Dios. Apoyados en ella es fácil controlar la locuacidad, y con ella la prepotencia o el aire de suficiencia. Se controla la lengua cuando se habla con propiedad, sin subterfugios ni intenciones torcidas. A las cosas se las ha de llamar por su nombre: al pan, pan; al vino, vino. Para no tener que arrepentirse de lo que se dijo en momentos de exaltación. Es preciso hablar con sobriedad, lo justo y en el momento preciso. Para conseguirlo, puede servir este sabio consejo: «De callar no te arrepentirás nunca, de hablar muchas veces» (Camino, 639).

Leonardo Da Vinci sostenía que «quien de verdad sabe lo que ha de hablar, no se atreve a levantar la voz». Si por fragilidad se cae en la locuacidad, es el momento de recordar que Dios pedirá cuenta de toda palabra ociosa. Ha de servirnos esta advertencia para moderar la lengua y controlar la locuacidad. Se dice que rectificar es de sabios. El sabio sabe lo mucho que ignora, por eso habla lo imprescindible, siempre dispuesto a rectificar. Solo los necios no rectifican. Rectificar para avanzar por el camino de la verdad, para convertir lo negativo en positivo, el vicio en virtud.

El apóstol Santiago da un paso más y dice: «Si alguno piensa que es religioso, pero no

domina su lengua sino que engaña a su corazón, su religión es vana. La religión pura e inmaculada ante Dios Padre es esta: visitar a los huérfanos y a las viudas en su tribulación y guardarse limpio de este mundo» (*Sant 1, 26-27*). El amor verdadero se manifiesta no en locuacidad, sino en obras acabadas, hechas de corazón. Hoy por el contrario abunda la palabra vana, los gestos superficiales, las promesas incumplidas. ¡Cuánto tenemos que aprender!

Cuando las palabras salen del corazón se convierten en obras de amor. «¡Obras son amores y no buenas razones!», reza el viejo refrán. Frente a la palabrería rimbombante la palabra justa, el gesto comedido. Decía Mark Twain con fina ironía que «es mejor tener la boca cerrada y parecer estúpido, que abrirla y quedar en evidencia». Una llamada a la sensatez. La verborrea disipa, ahoga la voz del espíritu, hace superficial el pensamiento.

- *Fortalecer la voluntad*

A las atracciones de la carne solo puede hacerles frente el que es fuerte y se apoya en la gracia. Es necesario para llegar al autodomínio y fortalecer la voluntad. La persona de carácter blando o quebradizo, por su indecisión y pereza deja incumplido lo que emprende, se desanima en cuanto aparece una dificultad. Y queda por esto a merced de sus instintos, inclinada a lo más fácil y cómodo. Porque carece de fortaleza no aborda lo que le cuesta. Si no lucha quedará sometida al vaivén de sus apetencias, picoteará aquí y allá en función de sus gustos y caprichos.

¿Cómo fortalecer la voluntad? Sin duda, haciendo en cada momento lo que se debe. Implica hacer pequeños actos de renuncia para rechazar la comodidad y emplearse a fondo en lo que se tiene que hacer. Lo que es justo y verdadero, no las veleidades que puedan presentar la imaginación o los sentidos. Tampoco es suficiente con el simple deseo o la buena intención de hacer las cosas. Hay que hacerlas bien. Y esto es obra de una voluntad fortalecida por la gracia. «Velad y orad para no caer en la tentación; pues el espíritu está pronto, pero la carne es débil» (*Mt 26, 41*), advierte el Señor. A veces estamos dispuestos a hacer las cosas, pero la voluntad no nos responde. La persona voluntariosa o voluntarista más que actuar con fortaleza suele hacerlo a impulsos de sus deseos. Y por eso se ve sometida con frecuencia a los altibajos de su carácter, a los gustos o apetencias que considera más importantes. Para fortalecer la voluntad se requiere ejercitarse de continuo en el dominio de los sentidos, abrazar antes el bien que el mal, para ser libres y no esclavos.

Existen personas de natural apacible, sereno y laborioso. Pero, aunque lo son, en cuanto han de poner orden en sus sentidos y pasiones, pierden su equilibrio y ecuanimidad, desaparece su carácter apacible para toparse con el nerviosismo. No es de extrañar. Los mismos discípulos del Maestro, a pesar de sus arranques de valentía y generosidad, sucumbieron a la hora de la prueba por falta de fortaleza. Prometieron a Jesús que le seguirían, dispuestos a dar su vida por él. Pero incumplieron muy pronto sus promesas de fidelidad, no eran sino fruto de un voluntarismo sin alma, de una fe floja y vacilante. En el mismo Getsemaní, cuando Jesús les pide que oren con él una hora, se

quedan adormilados por la tristeza... Es cierto que tenían un gran corazón, que lo habían entregado todo en un arranque de generosidad y siguieron al Maestro. Sin embargo, a la hora de la verdad no respondieron. Les faltó la voluntad necesaria para cumplir lo prometido. Es más, el mismo Pedro, el más apasionado de ellos, por tres veces negó conocer a Jesús cuando fue descubierto por una criada. ¡Por tres veces lo negó!, y la última bajo juramento. Muy floja era su fe, y poco recia su voluntad.

Por los textos del Antiguo Testamento sabemos que Salomón fue un rey sabio, sagaz y prudente, un buen gobernante. De Herodes, en cambio, se dice que fue un hombre insidioso, cruel y brutal. Pues bien, a pesar de su aparente fortaleza, ninguno de los dos logró dominarse a sí mismo, su voluntad era extremadamente frágil y voluble. Ambos se dejaron embaucar por sus ambiciones, sucumbieron a sus pasiones y viles deseos. Su falta de fortaleza los volvió fluctuantes e indecisos, y aún más cuando era el honor de Dios el que estaba en juego. No tuvieron la valentía necesaria para defender la verdad, prefirieron mirar a otro lado por temor al juicio del pueblo. Aparentaban fortaleza y ecuanimidad, pero en el fondo eran hombres despiadados y perversos.

Fortaleza, voluntad, dominio de sí. La tríada de virtudes que hace a la persona fuerte, decidida y ecuánime. Aun así, no hemos de olvidar que lo que realmente hace fuerte a una persona es su humildad, que le lleva a fiarse de Dios y no de sus propias fuerzas. En este sentido es evidente que ni Salomón ni Herodes podían presumir de fortaleza. Vivían para sí, eran sumamente orgullosos y engreídos, confiaban en sus fuerzas. Y así les fue. Tampoco Pedro se mantuvo fuerte en un principio. Más tarde, cuando experimenta su propia miseria, llora lleno de humildad y arrepentimiento. Pasado el tiempo y fortalecido por el Espíritu Santo, exhortará a los fieles de la primera comunidad de Jerusalén con palabras que parecen evocar su propia experiencia. Les dice: «Poniendo todo vuestro empeño, procurad ofrecer en vuestra fe, la virtud; en la virtud, la ciencia; en la ciencia, la templanza; en la templanza, la paciencia; en la paciencia, la piedad; en la piedad el amor fraterno, la caridad. Pues estas cosas, como las tenéis en abundancia, no os permitirán ser inconsistentes ni estériles en el conocimiento de nuestro Señor» (2 Pe 1, 5-8).

- *Redescubrir la fe*

En la carta apostólica *Porta fidei* se habla de «la exigencia de redescubrir el camino de la fe para iluminar de manera cada vez más clara la alegría y el entusiasmo renovado del encuentro con Cristo» (n. 2). Se trata de «redescubrir la alegría de creer y volver a encontrar el entusiasmo de comunicar la fe» (n. 7).

La fe es un don de Dios. Procede de creer en Jesucristo muerto y resucitado. Pues, como afirma san Pablo, «si Cristo no hubiera resucitado, vana sería nuestra predicación, y vana también nuestra fe. Resultaríamos unos falsos testigos de Dios [...] Pero no, Cristo ha resucitado de entre los muertos como primicia de los que durmieron» (1 Cor 15, 14-20). En esta fe se apoyaron desde el principio los cristianos, tanto que a los apóstoles se les conoce como «testigos de la resurrección de Cristo».

«Si tuvierais fe como un granito de mostaza, diríais a este monte que se trasladara y se

trasladaría» (Mt 17, 19). Nos lo dice Jesús también a nosotros. Y lo ejemplifica con el símil del granito de mostaza. Siendo la más pequeña e insignificante de las semillas, puede alcanzar cuando se la cultiva una altura inmensa, hasta hacerse un arbusto, tan grande que los pájaros pueden anidar en sus ramas. También la fe, cuando se cultiva, puede alcanzar una altura extraordinaria, en la medida que se cuida con esmero.

De otra parte, conviene recordar que «la fe actúa por la caridad» (Gal 5, 6). Cuando el corazón se dilata por la caridad, la fe se proyecta en obras sinceras y generosas de servicio a los demás. La fe crece y se desarrolla por medio de la caridad, al compás de la gracia y de la personal correspondencia del hombre. Esto obliga al creyente a rebajar poco a poco su «yo» hasta convertirlo, por la gracia, en el «yo» de Cristo, en un maravilloso y único intercambio de voluntades. Es entonces cuando puede decirse con san Pablo, como ya vimos: «Ya no soy yo quien vive, es Cristo quien vive en mí».

Quizá alguno piense que todo esto es bonito de decir, pero difícil de vivir. Y puede que se quede tranquilo diciendo para sus adentros: «Esto ya lo sabía; pero a la hora de la verdad me faltan fuerzas y valor para hacerlo. Sé que no está bien, pero me siento incapaz de cambiar de actitud. Es verdad que cuando soy generoso me siento feliz, y cuando no lo soy me irrito y termino con la autoestima por los suelos».

Un modo de pensar bastante extendido. De ahí la importancia de redescubrir cuanto antes el valor de la fe y su importancia para nuestra vida. Cuando uno se olvida de Dios, lo normal es que le bombardeen las tentaciones, aunque bien visto se trata en realidad de una sola. Lo señala Benedicto XVI en su libro *Jesús de Nazaret*: «El núcleo de toda tentación es apartar a Dios que, ante todo lo que parece más urgente en nuestra vida, pasa a ser algo secundario, o incluso superfluo o molesto. Poner orden en nuestro mundo por nosotros solos, sin Dios, contando únicamente con nuestras propias capacidades, reconocer como verdaderas solo las realidades políticas y materiales, y dejar a Dios de lado como algo ilusorio, esta es la tentación que nos amenaza de muchas maneras» (tomo I, p. 52).

Así es. Cuando se olvida a Dios o se prescinde de Él, la voluntad puede verse arrastrada por la violencia de las pasiones. El hombre o la mujer creyente no pueden conformarse con un simple ir tirando y dejar que las cosas sigan su curso. Nadie debe quedarse tranquilo si por comodidad deja de luchar, porque le resultará muy difícil vencer las tentaciones del orgullo y la sensualidad. Quizá alguno pueda decir, como acabamos de ver: «¡Si me lo he propuesto muchas veces y no he podido!». También Saulo de Tarso, como vimos, pensaba de manera parecida. Y dentro de sí escuchó unas palabras que le decían: «Te basta mi gracia, pues mi fuerza se hace perfecta en la flaqueza». Muy pronto pudo comprobar la eficacia de esta promesa. Apoyado en la gracia de Dios superó sus debilidades, perseveró y se mantuvo fiel hasta el final, es decir, hasta la plena identificación con Jesucristo.

No olvidemos que, para salvarnos, Jesús cargó con todos nuestros dolores y sufrimientos. Se nos recuerda en un pasaje de *Jesús de Nazaret*: «Nos ha tomado de la mano y nos ha llevado hacia arriba. La Carta a los Hebreos da una gran importancia a este hecho, destacándolo como parte principal del camino seguido por Jesús. Pues “como

él ha pasado por la prueba del dolor, puede auxiliar a los que ahora pasan por ella” (2, 18). “No tenemos un sumo sacerdote incapaz de compadecerse de nuestras debilidades, sino que ha sido probado en todo exactamente como nosotros, menos en el pecado” (4, 15)» (tomo I, pp. 197-198).

«¡Todo es posible para el que cree!» (Mc 9, 23), respondió Jesús al padre del muchacho epiléptico. Aquel hombre creía, pero su fe era aún demasiado débil. Lo mismo que les sucede a muchos que tratan de remar en un mar revuelto con sus propias fuerzas. Nada podrán si no viven de fe y confían en Dios. Los obstáculos con los que se toparán son muchos, y muchas también las dificultades que tendrán que superar. Pero, apoyados en la fe, superarán todos los obstáculos, incluida su propia desgana y pesimismo.

Redescubrir la fe. Para fortalecer la voluntad y poder mirar con mirada limpia hacia lo alto. Así exhortaba el Apóstol a los fieles de Colosas: «Si habéis resucitado con Cristo, buscad las cosas de arriba, donde Cristo está sentado a la derecha de Dios; gustad las cosas de arriba, no las de la tierra. Pues habéis muerto, y vuestra vida está escondida con Cristo en Dios» (3, 1-3). Confortados con la fe es fácil encontrar lo verdadero y apartar con decisión lo que suponga un estorbo. Gracias a la fe se llena de luz la inteligencia y se fortalece la voluntad. Se adquiere así un sentido nuevo de la vida, se recupera la ilusión y la confianza, vuelve a renacer la esperanza.

4. SIN MIEDO AL DOLOR

Aun entre cristianos hay mucho miedo a cuanto suponga dolor o sufrimiento. La verdad es que a nadie en su sano juicio le gusta sufrir, no es el dolor plato de buen gusto. El cristiano no es ni espartano ni masoquista, no se recrea en el dolor. Ahora bien, vivir la fe implica aceptar sin miedo el dolor o el sufrimiento cuando se presente. Hemos de ser conscientes de que Cristo nos ha redimido por medio del dolor. Lo cual no es óbice para que, en la medida de lo posible, intentemos poner todos los medios —siempre que sean lícitos— para paliar el dolor o aliviar el sufrimiento. Si a pesar de todo persisten, se han de aceptar, no con resignación sino por amor a Dios. Es este amor el que da sentido al dolor y lo hace amable y llevadero.

A la luz de la fe se puede descubrir el sentido del dolor. Para el creyente, el sufrimiento es camino de purificación, de progreso espiritual. Lo demostraron a lo largo del tiempo los cristianos que supieron llevar con garbo su enfermedad, los que mantuvieron su entereza ante la muerte, los que sufrieron reveses económicos o tuvieron que hacer frente a un sinnúmero de calamidades. Superaron el sufrimiento gracias a su amor a Dios, por el deseo de identificarse con Jesucristo. El que se enfrenta al dolor con ojos humanos, es normal que se rebele y se llene de indignación, principalmente por la impotencia que siente al no poder superarlo y, sobre todo, por no entender su verdadero sentido.

Es comprensible. Y más cuando nos hemos acostumbrado a vivir cómodamente, cuando todo se nos facilita. Así resulta muy difícil enfrentarse al dolor o al sufrimiento cuando se presentan sin avisar. Queremos disfrutar de todo: de buena salud, de

comodidades en el hogar, de vacaciones cada vez más largas y en países atractivos..., por lo que se tiende a pasarlo bien y sufrir lo menos posible. Por esto, ante una enfermedad inesperada, algunos se preguntan: ¿Pero, por qué debe pasarme precisamente a mí? ¿Con qué fuerzas voy a enfrentarme a este dolor? Y responden con ira y mal talante. Al final, pierden la paz por no comprender el sentido del dolor. Además de ser un medio colosal de purificación, ayuda a ganar en humildad y crecer en fortaleza. Rehuirlo o rechazarlo es condenarse a vivir en una permanente inmadurez.

¡Cuánto ayuda el dolor al que lo acepta por amor a Dios! Abre los ojos del alma, enseña a aprovechar el tiempo, ayuda a comprender y disculpar a los que nos ofenden y a no guardar rencor. Con miedo al dolor se da pábulo al desorden de los sentidos, y mientras estos se encienden más, el alma cada vez permanece más dormida. El miedo al dolor, al restar libertad, impide el autodomínio. Muchos dolores y sufrimientos se presentan sin buscarlos. El que los acepta con alegría ve engrandecerse su alma, haciéndose más generosa y entregada. Lo práctico, en este sentido, es aprovechar los pequeños sacrificios que no matan, pero que ofrecidos a Dios con amor liberan de la dependencia de los sentidos. A modo de ejemplo, pueden ayudar estas pequeñas mortificaciones:

- Vencer la pereza
- Sujetar la imaginación
- Cortar con la curiosidad
- Levantarse a la hora prevista
- No quejarse por frío o por calor
- Sonreír ante el dolor
- Decir *no* a los caprichos
- Responder de buena manera
- Respetar el tiempo de los otros
- Cuidar los pequeños detalles

Cada cual debe ver las que más le puedan ayudar. Sin olvidar que existen otras más personales y que por eso mismo requieren una mayor generosidad. Como por ejemplo:

- Controlar el genio
- Hablar bien de todos
- Ver antes las virtudes que los defectos
- Evitar los juicios críticos
- Rechazar la murmuración
- Perdonar sin guardar rencor
- Hablar menos y escuchar más
- Rectificar la intención

Son aspectos en los que, cuando se lucha, se gana en reciedumbre y se pierde el miedo al dolor; además de fortalecerse la voluntad, se desarrolla la generosidad. Constituyen un ejercicio práctico de las virtudes, en especial de la caridad, justicia, humildad y

prudencia. Ayudan a comportarse con el peso y medida de las personas equilibradas, sensatas y generosas. Con ello se evita, entre otras cosas, catalogar a las personas y hacer juicios temerarios sobre ellas, o fabricar clichés que puedan denigrarlas en su fama o condenarlas al olvido.

Aceptar el dolor por amor a Dios, sin quejas ni protestas, mejora la visión que se tiene sobre el mundo y las personas. Nos hace mostrarnos serenos, alegres y optimistas por querer lo que Dios quiere. No se ve ya en el dolor o el sufrimiento una carga, sino una caricia de nuestro Padre Dios. Esto nos dota de una mayor libertad de espíritu, y nos permite dominar con más eficacia los sentidos siendo dueños de nosotros mismos.

Por contra, y a esto se refería el santo Cura de Ars en un sermón sobre la penitencia, «es muy cierto que aquel que ama los placeres, que busca sus comodidades, que huye de las ocasiones de sufrir, que se inquieta, que murmura, que reprende y se impacienta por la cosa más insignificante, no marcha según su voluntad y deseo, ese tal, de cristiano solo tiene el nombre, solamente sirve para deshonorar su religión. Pues Jesucristo ha dicho: “El que quiera venir en pos de mí, renuncie a sí mismo, lleve su cruz todos los días de su vida, y sígame”».

Jesús no rebaja las exigencias a los que libremente han optado por seguirle. Pero a algunos que lo hicieron, les cuesta entender por qué no es posible un cristianismo sin dolor y sin cruz. Habrá que recordarles: por la misma manera que no existe salvación sin sacrificio, ni alegría sin cruz. El camino del dolor y el sufrimiento es la senda estrecha que lleva a la Vida. Sorprende que pueda haber cristianos que se quejen de su mala suerte, o se rebelen al no ver cumplidos sus planes, o pongan mala cara y se desesperen cuando, en contra de sus deseos, se topan con la enfermedad. No han entendido el sentido del dolor, ni el valor de la cruz que el Señor en ese momento les ofrece. Y así, en lugar de seguir de cerca a Jesús crucificado, prefieren mirar para otro lado. Pierden así una ocasión espléndida de «morir» a sí mismos para «vivir» en Cristo. Si no cambian de actitud, podrían encontrarse al final de su vida no con la felicidad que apetecían, sino con la desgracia de haber rechazado por voluntad propia la cruz que el Señor les ofrecía.

Conocerse a sí mismo

Para imitar al Maestro y seguirle de cerca, lo primero que hemos de hacer es conocernos bien a nosotros mismos. Esto implica entre otras cosas saber qué virtudes y talentos se tienen y cuáles son los vicios o defectos que nos dominan. Por falta de este conocimiento, son muchos los que pierden con gran facilidad el norte de su vida y ceden al pesimismo.

Un sabio de renombre, Sócrates, andaba preocupado por dar con la composición íntima del universo. En medio de sus elucubraciones, un día dio un vuelco a su manera de pensar. En el frontispicio del templo de Apolo en Delfos encontró una inscripción que decía: «Hombre, concómete a ti mismo». Sócrates había pasado mucho tiempo oteando el cosmos, intentado descubrir su composición íntima, convencido de que con ello hallaría la clave de la verdadera sabiduría y al final la felicidad que buscaba. Pero, tras leer

aquella inscripción, pensó que debía dar un giro radical a su pensamiento. A partir de entonces centró sus reflexiones en el hombre, al que consideró como un microcosmos, centro del universo, a través del cual pensaba que podría hallar la sabiduría que buscaba.

«Conócete a ti mismo», presupuesto indispensable para dar con el camino que conduce a la sabiduría; el que nos permite descubrir los propios errores y progresar por el camino de la virtud. Como le sucedió a Sócrates, esto exige dar un giro copernicano a nuestro modo de pensar, tanto en relación con uno mismo como con los demás. Se toman así las decisiones con mayor certeza y seguridad. De otra parte, conociendo la intención con que actuamos, nos será más fácil descubrir los puntos vulnerables de nuestro carácter, el porqué de muchas de nuestras quejas y rebeldías, del afán de disfrutar y del deseo de placeres. Con todo, no basta con conocerlos. Hay que aplicarles la terapia conveniente en cada caso. Y nada más aconsejable para ello que confeccionarse una lista de los fallos y defectos más frecuentes: reacciones de susceptibilidad, orgullo o vanidad, manifestaciones de comodidad, envidia o rencor. Si se hace el firme propósito de combatirlos, mejorará nuestro carácter y ganaremos en una mayor y más profunda libertad.

Un examen sincero sobre estos puntos puede ayudar a dominar los sentidos, a combatir la pereza y poner coto a la pasividad o al activismo. Ha de hacerse con espíritu de abnegación y de sacrificio, con el fin de erradicar todo rastro de vanidad o soberbia. Esto favorece el olvido de sí, el dominio del propio yo, la generosidad y la apertura sincera a los demás. En muchos casos fue el comienzo de una vida más libre y feliz, más alegre y generosa. Un paso de gigante, en definitiva, para alcanzar el bien supremo, la santidad que nos hará feliz.

No esperemos para esto circunstancias favorables o momentos de especial optimismo o lucidez. Cualquier ocasión es buena para emprender la reforma del propio «yo», para avanzar en la identificación con Jesucristo. Sin perder la paz, sin temores ni nerviosismos, se han de aprovechar las circunstancias que se presenten para enriquecer el carácter y comportarse con el peso y la medida que corresponden a un hijo de Dios. En esta tarea es preciso conceder una particular importancia a los detalles de egoísmo, a las reacciones extemporáneas de amor propio, a los brotes de impaciencia o a los arrebatos de ira. Con el deseo de vivir cara a Dios, dando lo mejor de uno mismo. El que es constante en sus propósitos, lo más seguro es que recupere la paz y el buen humor, que gane en generosidad y espíritu de servicio.

Conocerse a sí mismo. Para ser humildes y perdonar a quienes hayan podido ofendernos. Siendo humildes se responde a los improperios con paciencia, sin acritud, y siempre que se pueda con una sonrisa y una palabra de aliento. El que ama a Dios se crece en la dificultad, afronta con entereza la contrariedad aunque luche con todas sus fuerzas cuando se trate de una injusticia. «A través de la lucha —sostenía Beethoven— y aun a veces del sufrimiento, es como el hombre se hace digno de recibir tal nombre, ya que en el sacrificio encuentra su alegría más duradera y profunda». Mucho sabía de todo esto este gran compositor y maestro, no hablaba de oídas. Sus consejos eran reflejo de su experiencia personal, del conocimiento de sí mismo.

Visión positiva

La felicidad a la que aspiramos no consiste en verse libre de dificultades, y mucho menos es fruto de una vida cómoda o placentera. Los obstáculos y dificultades, cualesquiera que sean, se han de considerar de ordinaria administración. Si se presentan es para que los resolvamos, aunque pueda parecer en un primer momento que nos superan. Los obstáculos son, en cualquier caso, una llamada para confiar en la Providencia, para abordarlos con una visión positiva y talante optimista.

No podremos la mayoría de las veces evitar los problemas y dificultades, pero sí podemos combatirlos con decisión y coraje. Es una ingenuidad pensar que uno será feliz cuando no tenga problemas o pueda solucionarlos. Sabemos que no es así. Los problemas y dificultades no se solucionan de pronto, como por arte de magia. Por grandes que sean nuestros deseos de eliminarlas, las dificultades nos acompañarán a lo largo de nuestra vida. Pero, aunque no podamos conseguir que desaparezcan, no quiere decir que tengamos que resignarnos, y menos que, para tranquilizarnos, echemos a otros la culpa de nuestra mala suerte. Con quejas no solucionaremos nada. Incluso puede que aumente la desazón y perdamos no solo la paz sino hasta la misma esperanza. Seamos realistas. Es preciso cambiar de punto de mira. Más que confiar en las propias fuerzas, hemos de recurrir a Dios con más humildad, es el Único que puede echarnos una mano en la dificultad.

La fe nos abre a una visión positiva y optimista tanto de la vida, como del mundo y las personas. Se ve entonces todo como lo ve Dios, en su justa medida y valor, distinguiendo los bienes verdaderos de los falsos, la libertad de lo que esclaviza. La persona que vive de fe es ponderada, lo ve todo en positivo, sin sentirse acogotada por las dificultades. Cuanto le sucede le sirve para identificarse con la voluntad de Dios. Es la experiencia que expresa san Pablo en su *Carta a los Filipenses*. «Sé vivir en la pobreza y vivir en la abundancia; estoy acostumbrado a todas y cada una de estas cosas: a la hartura y a la escasez, a la riqueza y a la pobreza. Todo lo puedo en Aquel que me conforta» (4, 12). Este «todo lo puedo» es consecuencia palpable de una fe bien vivida. Ningún obstáculo, por grande que sea, hace mella en el optimismo del que cree. Todo le lleva a confiar en la Providencia divina, en el poder de Dios.

Gracias a la fe, el temor se transforma en optimismo, la tristeza en alegría. Desde la atalaya de la fe se capta la verdadera dimensión de las cosas, aunque en ocasiones no se pueda negar la gravedad de la situación. Pero, aun en ese caso, el cristiano no se deja abatir por el decaimiento ni la desesperación. No porque sea ingenuo, sino por ser realista y saber que es mayor el poder de Dios que cualquier posible dificultad. Bueno será recordar en momentos de agobio la enseñanza del Apóstol: «Sabemos que todas las cosas contribuyen al bien de los que aman a Dios» (*Rom 8, 28*). No existen las derrotas para el que vive de fe, pues con la gracia de Dios la victoria siempre es segura.

Visión positiva y optimista, pues, para saber que todo cuanto ocurra redundará en bien de los que aman a Dios. Uno de los más grandes placeres es ser libre por haber hecho la mejor de las opciones: la de identificarse en todo con la voluntad de Dios. «El ser humano —comentaba Juan Pablo II— es totalmente libre cuando es él mismo, en la

plenitud de sus derechos y en la plenitud de sus deberes». Deberes para con Dios, en primer lugar, porque tiene derecho a que le amemos y lo tengamos siempre presente, como brújula que indica el camino que en cada momento se debe seguir.

Amar a Dios y estar pendiente de Él nos permite ser cada día más libres. Y siéndolo se puede encarar todo con visión positiva, alegre y esperanzada, aunque no falten las penas o pueda ser grande el sacrificio que se nos pida. Vivir para Dios, porque libremente queremos, llena de paz y de generosidad para ayudar al prójimo en sus necesidades. ¡Cuánto bien hace la persona serena y optimista! La que lejos de pavonearse o envanecerse por lo que es, da gracias a Dios por haberle dado semejantes dones, para sí y para servir a los demás.

La fe es una gran ayuda para enfocar las cosas con espíritu animoso y positivo. Todo cristiano, por el hecho de estar bautizado, ha recibido la fe, aunque para desarrollarla debe realizar «actos» concretos de esta virtud. Es asombroso ver cómo todavía hoy se producen en muchos lugares milagros y prodigios que recuerdan los relatados en los evangelios. Sin embargo, a pesar de esto hay cristianos que han dejado de practicar su fe, viéndose sumidos no pocas veces en la desesperanza. «No son los adversarios los que hacen daño a la Iglesia, sino los cristianos aburguesados», se lamentaba Benedicto XVI. Y es que, más que fiarse de Dios, se fían de las estadísticas, de las encuestas o previsiones, de los parámetros económicos tan aireados por sesudos analistas. No reconocen que la crisis más severa que sufrimos no es la económica o la financiera, sino la moral, que ha llevado y sigue llevando a muchos al olvido de Dios, a confiar en sus propias fuerzas.

Ya lo había advertido Jesús con inmensa pena: «¿Pensáis que cuando venga el Hijo del Hombre encontrará fe en la tierra?» (*Lc* 18, 8). Una invitación para redoblar los actos de fe, para ser positivos y ayudar en lo que se pueda —que es mucho— a los que se apartaron de la fe o dejaron que se enfriara. La fe mueve montañas. No hay obstáculo ni dificultad que puedan hacerle sombra. Cuando la fe es robusta, los obstáculos se disuelven como azucarillos. «Todo es posible para el que cree». Visión positiva, pues, encendamos nuestro optimismo y esperanza.

Cuando se vive la fe, comentaba Mons. Del Portillo en una de sus cartas pastorales, «caen los montes, los obstáculos más formidables que podamos encontrar en el camino, porque nuestro Dios no pierde batallas. Caminad, pues, *in nomine Domini*, con alegría y seguridad [...] ¡Sin pesimismo! Si surgen dificultades, más abundante llega también la gracia de Dios; si aparecen más dificultades, del Cielo baja más gracia de Dios; si hay muchas dificultades, hay mucha gracia de Dios. La ayuda divina es proporcionada a los obstáculos que el mundo y el demonio opongan a la labor apostólica. Por eso, incluso me atrevería a afirmar que conviene que haya dificultades, porque de este modo tendremos más ayuda de Dios: *donde abundó el pecado, sobreabundó la gracia* (*Rom* 5, 20)».

VI. LIBRES DE ATADURAS

1. APRENDER DEL MAESTRO

Los cristianos tenemos hoy un reto al que hemos de responder sin dilaciones. Vivimos en una sociedad que ha perdido sus credenciales cristianas y ha adoptado formas paganas en su convivir diario. Subyugada por la ambición y la avaricia, muchos se han dejado atrapar por la sed de dinero y el deseo de placeres. Tal situación espera una respuesta de quienes viven su fe, no solo de palabra sino sobre todo con las obras; obras, sobre todo, de coherencia y honradez. Es una tarea urgente e inaplazable, para la que contamos con un modelo en el que debemos mirarnos, una conducta que imitar y un camino que seguir.

Para ello hemos de partir de una pregunta esencial: ¿qué ha supuesto para mí la encarnación del Hijo de Dios? ¿Cómo me afecta en la vida diaria? No se puede dar una respuesta superficial, y menos quedarse en detalles pintorescos o periféricos. La venida del Hijo de Dios ha supuesto más, mucho más de lo que se puede expresar en los villancicos que cantamos cada Navidad, más que todo lo que puedan suponer las fiestas y procesiones que se hacen en su honor. Es este un gran misterio en el que hay que adentrarse hasta el fondo.

Desde Belén hasta el Calvario, pasando por Egipto y Nazaret, Jesús quiso darnos un ejemplo callado y silencioso de aceptación de la voluntad de su Padre. Quiso nacer pobre y morir pobre. Nada trajo al mundo y nada se llevó de él. No tenía ni siquiera un lugar donde reclinar su cabeza. A nada se sentía atado, ninguna cosa podía separarle del cumplimiento de la voluntad que debía cumplir. En un acto de libérrima voluntad asumió nuestra naturaleza para salvarla. Y lo hizo de tal manera, que «siendo Dios, se anonadó a sí mismo, haciéndose semejante a los hombres; y, en su condición de hombre, se humilló, haciéndose obediente hasta la muerte y muerte de cruz» (*Fil 2, 6-8*).

Juan Pablo II, que hizo tanta oración en la cueva de Belén en sus viajes a Tierra Santa cuando era cardenal de Cracovia, escribió una preciosa meditación sobre el misterio de la Encarnación en un libro titulado *Signo de contradicción*. Se preguntaba: «¿Quién es este Dios que se hace hombre y que es más grande que el mundo, que no solo está por encima del mal, sino que libra al hombre de la esclavitud del pecado?». Y responde apoyándose en un texto bíblico: «Es el Emmanuel profetizado por Isaías. El Emmanuel es nuestro Rey, el Rey de las Naciones, el Hijo de David, el estandarte de todos los pueblos y reyes. La Sabiduría salida de la boca del Padre.

»Pero en el momento que llega, todas las antífonas y profecías que lo anuncian caen en el silencio. El silencio envuelve la mente humana. Solo nos queda una certeza: *Dios es totalmente Otro*. Nada tiene en sí de caudillo ni de rey, aunque desde que nace se ve

perseguido como pretendiente al trono de Israel. Se halla indefenso, como indefensa aparece su Madre y aquel carpintero a quien el Padre ha encomendado el cuidado de su Hijo.

»Indefenso en Belén: sin techo y lanzado de inmediato al destierro. Durante toda su vida comparte la suerte de los más pobres de Israel. A lo largo de treinta años permanece en la sombra del silencio de Nazaret. No quiere poder ni dominio terreno. “Siendo rico se hizo pobre por nosotros para enriquecernos con su pobreza” (2 Cor 8, 9). En verdad es el *Deus absconditus* profetizado por Isaías (45, 15).

»La venida de Cristo al mundo es la revelación de una economía radicalmente distinta a la humana. Hoy el hombre quiere reducirlo todo a cifras, a parámetros económicos. El hombre se pierde en el bosque de esa gigantesca máquina de poder temporal. Jesús es distinto: se manifiesta totalmente pobre: “Las raposas tienen cuevas y las aves nidos, pero el Hijo del hombre no tiene dónde reclinar su cabeza” (Mt 8, 20).

»Dios es Otro. Quiere ser pobre, indefenso, débil. Es un criterio totalmente otro... Camino de humildad. El amor corre parejo con la pobreza, su poder no es otra cosa que la extrema debilidad del Verbo encarnado en el pesebre de Belén y en la cruz. Allí nos alcanza la salvación. Ese es el camino...» (pp. 63 y ss.).

El «camino» está perfectamente marcado para todo el que desee identificarse con el Maestro. Un camino que es no de ruindad, sino de grandeza, no de esclavitud, sino de libertad. Jesús no aparece como un pordiosero, sino con el señorío y dignidad propios del Hijo de Dios. Desde Belén hasta el Calvario su vida está toda ella surcada por un completo y voluntario desprendimiento. Si se despoja de todo es para servir mejor. En la austeridad y silencio de un mísero establo vino a la tierra, y en silencio y sin cosa alguna que le atara, se fue de ella. El desprendimiento de Jesús se convierte en señorío, su pobreza en camino que conduce al cielo. «Ese desprendimiento —señalaba Pío XII en uno de sus radiomensajes de Navidad— significa y manifiesta aquel señorío y superioridad que tenía sobre las cosas materiales, indicando así con poder y eficacia la natural y esencial ordenación de los bienes terrenos a la vida del espíritu y a una más alta perfección social, moral y religiosa necesaria al hombre».

Jesús, a pesar de su pobreza, aparecía ante todos con elegancia y dignidad. Vestía una túnica de una sola pieza, hecha probablemente por el cariño y ternura de su madre. A todos llamaba la atención su porte, sus palabras y sus gestos, actuaba con entera naturalidad. De otra parte, el Reino que venía a instaurar no podía apoyarse en riquezas ni en bien temporal alguno; él no había venido a resolver ningún tipo de conflicto social, económico o político. De ahí que pusiera especial énfasis desde el principio en señalar el carácter netamente sobrenatural de su misión. Lo demostró con sus obras, con el desprendimiento efectivo de cuanto pudiera oponerse a los planes divinos. Por esta razón la sobriedad y la templanza se convierten en camino obligado para todo aquel que quiera seguirle de cerca.

El espíritu de pobreza que Jesús propone en las bienaventuranzas (llama bienaventurados a los *pobres en el espíritu*) se convierte en el revulsivo más eficaz contra la vanidad y el orgullo, contra el afán desordenado de poseer y los deseos

inmoderados de placeres, que vuelve a las personas insensibles para responder a los reclamos del Espíritu. Por medio del desasimiento, Jesús quiso curar la debilidad de nuestra voluntad, a la par que la iluminaba con su gracia para que nos resultara más fácil dar con el camino que conduce al cielo. «Yo soy el Camino», había dicho. No se limita a señalar o indicar por dónde se ha de ir; él mismo va por delante, para que sigamos sus pasos.

2. DESPRENDIMIENTO REAL

El corazón del hombre y la mujer de fe ha de estar desprendido, libre de lo que pueda impedirle su unión con Dios, su identificación con Jesucristo. Sería por eso una soberana estupidez dejar escapar el corazón hacia cosas o ambiciones caducas y nos quedásemos huérfanos del verdadero amor. Son otros los bienes que hacen feliz al hombre, esos que por ser espirituales engrandecen, aunque permanecen ocultos a una mirada superficial.

No es que los bienes sensibles o materiales, como hemos dicho repetidamente, sean malos. «Es del interior del corazón del hombre de donde proceden las malas intenciones, las fornicaciones, los robos, los homicidios, los adulterios, las codicias, las maldades, los engaños, la deshonestidad, la envidia, la blasfemia, la soberbia, la insensatez. Todas estas cosas, por proceder del interior, es lo que hacen impuro al hombre» (*Mc 7, 21-23*). El mal por lo tanto no procede de los bienes, sino del corazón del hombre, que por ambición o avaricia da la espalda a Dios. De ahí la importancia de mantener el corazón libre, para vivir desasidos a semejanza del Maestro, sin apegos que pueden apartarnos del amor a Dios. «Cualquiera de vosotros que no renuncie a todo lo que posee —nos advierte el Maestro— no puede ser mi discípulo» (*Lc 14, 33*). Para imitar a Jesucristo se ha de ir ligeros de equipaje, libres de afectos que esclavizan.

El pasado Concilio hacía esta advertencia: «Vigilen, pues, todos para ordenar rectamente sus afectos, no sea que, en el uso de las cosas de este mundo y en el apego a las riquezas, encuentren un obstáculo que les aparte, contra el espíritu de pobreza evangélica, de la búsqueda de la perfecta caridad, según el aviso del Apóstol: “Los que usan de este mundo, no se detengan en eso, porque los atractivos de este mundo pasan” (*1 Cor 7, 31*)» (*Lumen gentium, 42*).

Estas palabras no significan una devaluación o menosprecio de los bienes materiales. Pero sí una invitación a la búsqueda de un desprendimiento real, de corazón. El Señor, afirma Clemente de Alejandría en su *Quis dives salvetur?*, «no manda que tiremos nuestra hacienda y nos apartemos del dinero. Lo que Él quiere es que desterremos de nuestra alma la primacía de las riquezas, la desenfrenada codicia y fiebre de ellas, las solicitudes, las espinas de la vida, que ahogan la semilla de la verdadera Vida». Los bienes son buenos cuando se usan con rectitud, por amor a Dios; es decir, cuando se les da el valor que tienen y se procura no poner en ellos el corazón. Si esto se cumple, se han de ver como una valiosa ayuda para el desarrollo personal y el progreso de la sociedad.

La brújula que orienta nuestro caminar nos avisa del riesgo que supone el inmoderado

deseo de bienes materiales, tentación en la que suelen caer los que olvidan que están aquí de paso. La Sagrada Escritura lo advierte con toda claridad: «No tenemos aquí morada permanente sino que vamos en busca de lo que está por venir» (*Heb 13, 14*). Por lo que cuanto más libre tengamos el corazón, menos lastre arrastraremos y más fácil nos resultará alcanzar la meta definitiva. Para poseer a Dios por el amor, fin de nuestra vida, hemos de estar desasidos de todo afecto terreno. Esto obliga naturalmente a desprenderse de los gustos y caprichos que brotan del magma de la sensualidad y el hedonismo.

Aunque necesarios, sabemos también que los bienes materiales son muy efímeros: lo mismo vienen que se van, desaparecen con la rapidez del rayo. ¿Nos dejaremos atrapar por ellos si sabemos que nos jugamos la vida? ¿Permitiremos que nos arrebaten la libertad? Es tanto el influjo de las pasiones que pueden poner en grave peligro nuestro discernimiento, a causa de un juicio muy falible y vulnerable. Nublada la mente y debilitada la voluntad, podemos llegar a exagerar las «bondades» de los bienes por el placer que nos pueden reportar. Se dispara de esta forma la codicia, surgen las envidias, se descontrolan los sentidos.

Vivir desprendidos de lo que atrae es indispensable para imitar a Jesucristo. Cada cual debe ver la forma de hacerlo, no caben las recetas generales. Decía Calderón de la Barca que cada uno es actor en el gran teatro del mundo; a cada cual le corresponde interpretar personalmente el papel que el Señor le ha encomendado. A la vista de cómo lo realice, recibirá el premio o el castigo. En la función, cada uno ha de interpretar su papel de la mejor manera que sepa: con sabiduría, amor y humildad de corazón.

En un contexto diferente, pero con un telón de fondo similar, san Juan Crisóstomo comentaba en una homilía sobre Lázaro: «Nadie se crea rey, ni rico, porque al final del acto nos encontraremos todos pobres». El que es sabio y prudente comprende que el único bien por el que vale la pena dar la vida es el amor de Dios; según el grado de ese amor, recibirá su retribución. Este es el salvoconducto que permite entrar en la Vida, gracias al cual podemos llamarnos victoriosos.

¿Cómo conseguirlo? Lo indica claramente el Maestro: «Cualquiera de vosotros que no renuncie a todo lo que posee, no puede ser mi discípulo» (*Lc 14, 33*). Dando esto por sentado, envió a los Doce a proclamar el Reino de Dios y a curar enfermos sin ningún medio material. «No llevéis nada para el camino: ni bastón, ni alforja, ni pan, ni dinero; tampoco llevéis una túnica de repuesto...» (*Lc 9, 1-4*). Quiso desde el principio que se acostumbraran a confiar no en las riquezas, sino en los medios sobrenaturales. Cada cual, dentro de su estado y condición, laico o religioso, soltero o casado, viudo o sacerdote, ha de ver cómo puede trasladar a su vida este consejo del Maestro. Sin duda requiere esfuerzo, valentía y coraje, imprescindible para mantener libre el corazón de apegamientos y amar a Dios sobre todas las cosas. En teoría, todo esto lo sabemos, pero ¿cómo llevarlo a la práctica?

En *Conversaciones*, uno de los libros conocidos de san Josemaría, aparece esta consideración tan sugerente: «Todo cristiano corriente tiene que hacer compatibles, en su vida, dos aspectos que pueden a primera vista parecer contradictorios. *Pobreza real*, que se note y se toque —hecha de cosas concretas—, que sea un profesión de fe en Dios, una

manifestación de que el corazón no se satisface con las cosas creadas, sino que aspira al Creador, que desea llenarse de amor de Dios, y dar luego a todos de ese mismo amor. Y, al mismo tiempo, *ser uno más entre sus hermanos los hombres*, de cuya vida participa, con quienes se alegra, con los que colabora, amando el mundo y todas las cosas buenas que hay en el mundo [...].

»Lograr la síntesis entre estos dos aspectos —en buena parte— cuestión personal, cuestión de vida interior, para juzgar en cada momento, para juzgar en cada caso lo que Dios nos pide [...].

»*Sacrificio*: ahí está en gran parte la realidad de la pobreza. Es saber prescindir de lo superfluo, medido no tanto por reglas teóricas cuanto según esa voz interior, que nos advierte que se está infiltrando el egoísmo o la comodidad indebida. Confort, en su sentido positivo, no es lujo ni voluptuosidad, sino hacer la vida agradable a la propia familia, y a los demás, para que todos puedan servir mejor a Dios» (nn. 110-111).

Servir a todos, sin olvidar a los pobres. Pues «Dios bendice a los que ayudan a los pobres y reprueba a los que se niegan a hacerlo: “A quien te pide da, al que desee que le prestes algo no le vuelvas la espalda” (Mt 5, 42). “Gratis lo recibisteis, dadlo gratis” (Mt 10, 8). Jesucristo reconocerá a sus elegidos por lo que hayan hecho en favor de los pobres (cf Mt 25, 31-36). La buena nueva “anunciada a los pobres” (Mt 11, 5) es el signo de la presencia de Cristo» (CEC 2443).

El día de san José, en la homilía de inicio de su pontificado, el Papa Francisco hizo una especial alusión a los pobres, a los débiles y enfermos; sus palabras vienen a ser un *leitmotiv*, como el telón de fondo de su pontificado. Así lo explicaba: «Nunca olvidemos que el verdadero poder es el servicio, y que también el Papa, para ejercer el poder, debe entrar cada vez más en ese servicio que tiene su culmen luminoso en la cruz: debe poner sus ojos en el servicio humilde, concreto, rico de fe, y como san José abrir los brazos para custodiar a todo el pueblo de Dios y acoger con afecto y ternura a toda la Humanidad, especialmente a los más pobres, a los más débiles, a los más pequeños: eso que Mateo describe en el juicio final sobre la caridad: al hambriento, al sediento, al forastero, al desnudo, al enfermo, al encarcelado. Solo el que sirve con amor sabe custodiar».

3. NO CREARSE NECESIDADES

Aunque corresponde a cada uno concretar la forma de vivir el desprendimiento y el servicio a los pobres, bueno será comenzar por algo muy sencillo que está al alcance de todos: no crearse necesidades. Supone usar con moderación lo que se tiene, con un corazón libre de toda ambición. Sería una imprudencia que, sabiendo lo que se ha de hacer, nos quedásemos atrapados por la codicia, rebajando la dignidad que como hijos de Dios nos corresponde.

Conviene no perder de vista un hecho tan significativo como este: las grandes empresas se suelen servir de la fragilidad humana para promocionar sus productos, para seducir con su propaganda agresiva a gentes ingenuas, que sin espíritu crítico se

«tragan» todo lo que se anuncia por televisión, radio o prensa. Con ello tratan lógicamente de despertar los sentidos, con el fin de conseguir que se disparen los deseos y las apetencias. Son conscientes de que aquello que entra por los ojos conduce inexorablemente a la búsqueda del placer, de un hedonismo sin alma. Cuando la imaginación se dispara y enloquece, pueden entrar en ella como por ósmosis toda clase de veleidades o deseos sensuales.

No es fácil advertirlo. Unas veces por falta de criterio; otras, la mayoría, por no tener presente la voluntad de Dios. Y se dispara el ansia de placeres, se avivan las pasiones como fuego devorador, dejando a las personas en una situación de lo más vulnerable, sin fuerzas para decir *no*. En esa situación, muchos se lanzan a comprar sin calibrar lo que necesitan. Y a base de comprar, acumulan en roperos y armarios ropas, calzados, material deportivo, cámaras fotográficas, cosméticos y un sinfín de objetos superfluos. Sin venir a cuento se han creado necesidades artificiales. En el fondo, por sus deseos compulsivos de comprar, de hacerse con las últimas novedades, ya se trate de ordenadores, telefonía móvil, videojuegos, o los últimos *Playstation* o *iPod* que se ofrecen en el mercado. No hay que negar la bondad y eficiencia de tales productos. Pero sí llama la atención que se compren la mayoría de las veces por ser artículos que están de moda.

Que algo se ponga de moda no es razón suficiente para comprarlo. Es una afrenta a la sobriedad y a la prudencia. No olvidemos que lo que a uno le sobra a otros les falta. «Lo superfluo de los ricos —decía san Agustín— es lo necesario de los pobres. Se poseen cosas ajenas cuando se poseen cosas superfluas». Una llamada de atención, y más en tiempo de crisis. Es preciso actuar con sensatez. Quien desee imitar a Cristo e identificarse con él no puede andar creándose necesidades «innecesarias», ni siquiera con la excusa de vivir al día o por el prurito de ir al ritmo que marcan los tiempos. Si uno tuviera que mantenerse al día, no daría abasto, andaría siempre en busca de la última novedad, gastando más de lo que puede.

Hay «negocios» y actividades comerciales, a la vista está, que viven de explotar las fragilidades humanas, los caprichos y antojos de los que carecen de autodominio. De ahí que exploten la avidez de los que pretenden estar al día. A estas empresas lo que les interesa es vender, hacer caja. Y es lógico. Por eso ofertan productos cada vez más sofisticados y apetecibles, aunque no siempre al alcance de todos los bolsillos. Pero la gente, por vanidad o deseos de presumir, les sigue el juego. Compran de modo vehemente y compulsivo, aunque luego apenas usen lo que compraron, o por cansarse o porque pasó de moda. «¡Hay que estar al día!», es el grito de guerra de muchos. Y con un grito tan simplón compran lo que sea, aunque no lo necesiten. No hay más que observar el revuelo que se produce en épocas de rebajas. Más que por necesidad, se compra por puro capricho. Aunque no lo necesiten, son muchos los que aprovechan la oportunidad para hacerse con lo que les gusta, con la marca que les «mola» por haberla visto anunciada o usada por sus amigos.

¡Seamos sensatos! Por qué obstinarnos en comprar lo que después no usamos. Recuerdo el caso de una chica joven que un día se «enamoró» de un vestido verde que

vio expuesto en un escaparte. Como faltaba poco para su cumpleaños, pensó que se lo pediría a su padre como regalo. Su padre no andaba muy sobrado de dinero, por lo que de entrada hizo oídos sordos a la petición de su hija. Pero, tanto insistió ella, que al final decidió comprárselo. Lo estrenó, como quería, el día de su cumpleaños. Pensaba dar una sorpresa a sus amigas, en especial a la que consideraba su más íntima.

Llegaron todas a la celebración, y por supuesto también su amiga íntima. Se saludaron cordialmente, como de costumbre, quizá con más fuerza y calor de lo habitual por ser su cumpleaños. Sin embargo, esta amiga no hizo alusión alguna al vestido que estrenaba. Por si no había reparado en él, dio varias vueltas a su alrededor para que se fijara. Viendo que aun así permanecía callada, muy resuelta y enfadada le espetó: «¿Pero es que no te das cuenta de que estoy estrenando un vestido?». «Sí, le contestó la amiga. Pero no he querido decirte nada para no molestarte; el color verde que tiene ese vestido no te va».

Desde aquel día, el vestido del que tan locamente se había «enamorado» durmió el sueño de los justos. Junto con otros, ocupó plaza en un armario repleto de ropa, calzado y otros enseres. Llegados aquí, cabe preguntarse: ¿Necesitaba realmente esta chica aquel vestido? Porque solo le duró un día. La verdad es que, se mire como se mire, se trataba de un antojo. El sacrificio que tuvo que hacer su padre por complacerla había sido estéril. Derrochó su dinero en algo que tan solo respondía al capricho de su hija.

Aprendamos a ser sobrios, a no crearnos necesidades. Y alegrémonos cuando nos falte lo necesario, sin envidiar a los que puedan tener lo que nosotros no tenemos. Del que tiene mucho pero aún quiere más, afirma san Juan de la Cruz en su *Cántico Espiritual*: «Aunque todo lo tenga, nada le llena. Y cuantas más cosas tiene, menos satisfecho está. La satisfacción del corazón no está en tener cosas, sino en estar desnudo de todo y en la pobreza de espíritu». A semejanza del Maestro, que no se dejó atrapar por nada, hemos de aprender a disfrutar de las cosas con sencillez y alegría, con la libertad de quien se sabe en posesión del más grande de los bienes: el amor de Dios, que nos hace libres y colma con creces todas nuestras aspiraciones.

En la medida que realmente estemos desprendidos de lo que tenemos, seremos libres y felices. «Aprended a ser pobres y necesitados —exhorta san Agustín en el comentario al *Salmo 85*—, lo mismo si poseéis algo de este mundo que si no poseéis nada. Porque se encuentran mendigos repletos de orgullo y ricos que confiesan sus pecados. Dios resiste a los orgullosos, pero concede su gracia a los humildes, posean o no bienes de este mundo».

4. CULTIVAR LA SOBRIEDAD

La sobriedad como fruto de la templanza es expresión de libertad, de dominio sobre los bienes materiales. Tiene manifestaciones en el modo de pensar y actuar. Como virtud, la sobriedad no puede quedarse en mera teoría, ha de vivirse a todas horas. Abarca desde lo más prosaico a lo más sublime, acompaña al hombre a todas horas del día, le marca la rectitud y el ritmo de su conducta; es, en definitiva, prueba de amor y de

identificación con Jesucristo.

Ya san Pedro exhortaba a los primeros fieles con estas palabras: «Ceñidos los lomos de vuestro espíritu, sed sobrios y poned toda vuestra confianza en la gracia que se os ofrece mediante la revelación de Jesucristo. Como hijos obedientes, no os amoldéis a las apetencias de antes, del tiempo en que erais ignorantes. Al contrario, que vuestra conducta sea santa en todo momento, como santo es el que os ha llamado» (*I Pe* 1, 13-15).

La sobriedad se refiere de modo especial al comer y el beber, al dominio y señorío sobre los bienes creados. Dice un viejo refrán que «en la mesa y en el juego se conoce al caballero». Quizá por esto don Quijote, que se consideraba todo un caballero, aconsejaba a Sancho: «Come poco y cena más poco, que la salud de todo el cuerpo se fragua en la oficina del estómago». Y para que no lo olvidara, le recuerda a continuación: «Sé templado en el beber, considerando que el vino demasiado ni guarda secreto ni cumple palabra» (cp. XLIII).

Como es obvio, no se trata de dejar de comer o de beber, y menos con la intención de bajar de peso o guardar la línea. La razón por la que hemos de ser sobrios es mucho más alta. Por cristianos, hemos de dar ejemplo de sobriedad. Lo aconsejaba el Apóstol a los fieles de Corinto: «Ya comáis, ya bebáis, o hagáis cualquier otra cosa, hacedlo todo para la gloria de Dios» (*I Cor* 10, 31). Consejo que debe servirnos para esmerarnos en ser sobrios, buscando en el comer y el beber no solo la salud del cuerpo, sino también y de modo muy especial la gloria a Dios. Con libertad de espíritu, sin caer en escrúpulos tontos, pero evitando emular las costumbres paganas. En este sentido, y para dar ejemplo, es bueno acostumbrarse a bendecir la mesa al empezar a comer, y dar gracias al acabar, tanto en casa como fuera de ella, siempre en la medida que sea posible.

Un gran doctor, san Basilio, recomienda en una de sus homilías al hilo de las palabras del Apóstol: «Cuando te sientes a la mesa, ora. Cuando comas pan, hazlo dando gracias al que es generoso. Si bebes vino, acuérdate del que te lo ha concedido para alegría y alivio de enfermedades. Cuando te pongas la ropa, da gracias al que benignamente te la ha dado. Cuando contemples el cielo y la belleza de las estrellas, échate a los pies de Dios y adora al que con su Sabiduría dispuso todas estas cosas. Del mismo modo, cuando sale el sol y cuando se pone, mientras duermes y despierto, da gracias a Dios que creó y ordenó todas estas cosas para provecho tuyo, para que conozcas, ames y alabes al Creador».

Cuando el amor a Dios es auténtico, se refleja de modo palpable en la actitud sobria con que se vive. Algunos pretenden compaginar su amor a Dios con una vida cómoda y relajada. Con lo que más que dar ejemplo de sobriedad lo dan de glotonería o ebriedad. Comen como paganos, beben sin ningún control. En lugar de controlar sus instintos se dejan dominar por ellos, con lo que producen ante los demás un espectáculo de lo más grosero. Desdice abiertamente de su condición de cristianos, de su dominio y categoría personal como seguidores del Maestro.

¿Dónde hemos de aprender a cultivar la sobriedad? Aunque cada uno ha de ver qué le conviene más, sugerimos lo que más a mano tenemos y que puede servir de orientación.

5. COMENZAR POR EL PROPIO HOGAR

Es en el propio hogar donde se ha de comenzar a cultivar la sobriedad. En él se aprende a vivirla de una manera natural y espontánea. ¿Cómo conseguirlo? Lo más asequible y seguro es tomar como punto de referencia el hogar de Nazaret. En él se encuentra la paz y la alegría como fruto del amor a Dios, consecuencia asimismo de una vida sobria y desprendida de toda ambición. En el hogar de Nazaret cada uno aporta lo que tiene: amor y servicio, comprensión y trabajo. Todos se desviven por hacer amable la vida a los demás.

En Nazaret viven del trabajo que realiza José como cabeza de familia, al que más tarde se unirá Jesús con su oficio de artesano aprendido de José. Por su parte, también María ayudaba en aquel hogar con su trabajo, realizando las tareas domésticas que le correspondían con el primor de una madre de familia responsable. Pondría en esa tarea todo su amor, su corazón entero. Con ternura y delicadeza, procuraría que su hogar estuviera limpio y confortable, que todos pudieran sentirse a gusto y cómodos en él. Era una mujer hacendosa y realista, no alimentaba ensueños ni imaginaciones vanas. Sobria, no se consentía caprichos ni se creaba falsas necesidades: vivía al día. Seguramente aprovecharía retales de telas para confeccionar la ropa de su familia, o para arreglar rotos o descosidos; en la cocina, prepararía platos sencillos y sabrosos, deliciosos al paladar, gastando sin cicatería lo que fuera necesario.

Como José, María había aprendido a vivir con lo justo, confiada por completo a la providencia divina. Nada llevaron cuando fueron a Belén con motivo del censo, y nada pudieron llevar tampoco a Egipto, cuando más tarde tuvieron que salir de allí a toda prisa porque Herodes perseguía al Niño. Sin más medios para el camino que una mula, y sin más recursos que los de un humilde artesano, se sentían alegres y gozosos haciendo lo que Dios les pedía.

Tanto María como José aprendieron a vivir de modo sobrio, sin concederse caprichos ni antojos. No se quejan ni protestan cuando les falta lo necesario. No olvidemos que fue en una cueva donde nació Jesús por no haber sitio para ellos en la posada; pero en aquella cueva fría y oscura Jesús pudo sentir el cariño que le daban María y José, junto al calor de una mula y un buey. Aun así, se sentían felices. No tenían otras pretensiones que las de servir y amar. En aquel hogar aprendió Jesús a vivir las virtudes, también la sobriedad. Más adelante, a lo largo de su vida pública, dará ejemplo de vida austera y desprendida, con señorío y naturalidad, sin llamar la atención.

Todo hogar cristiano debería mirarse en el de la familia de Nazaret. No por sus condiciones físicas o materiales, sino por el espíritu de laboriosidad, templanza y sobriedad que allí se vivía. Es lo que deben aprender padres e hijos, cultivando una sobriedad sencilla, sin ostentaciones ni alharacas, con espíritu humilde y generoso. Es presupuesto necesario para evitar caprichos y despilfarros, para no crearse falsas necesidades.

Al hogar de Nazaret, como escuela de virtudes, se refirió Pablo VI en su viaje a Tierra Santa en 1964. Decía en aquella ocasión:

«Nazaret es la escuela donde empieza a entenderse la vida de Jesús, es la escuela

donde se inicia el conocimiento de su Evangelio. Aquí aprendemos a observar, a escuchar, a meditar, a penetrar en el sentido profundo y misterioso de esta sencilla, humilde y encantadora manifestación del Hijo de Dios entre los hombres. Aquí se aprende incluso, quizá de una manera casi insensible, a imitar esta vida [...].

»Aquí, en esta escuela, comprendemos la necesidad de una disciplina espiritual si queremos seguir las enseñanzas del Evangelio y ser discípulos de Cristo. ¡Cómo quisiéramos ser otra vez niños y volver a esta humilde pero sublime escuela de Nazaret! ¡Cómo quisiéramos volver a empezar, junto a María, nuestra iniciación a la verdadera ciencia de la vida y a la más alta sabiduría de la verdad divina!

»Pero estamos aquí como peregrinos y debemos renunciar al deseo de continuar en esta casa el estudio, nunca terminado, del conocimiento del Evangelio. Mas no partiremos de aquí sin recoger rápida, casi furtivamente, algunas enseñanzas de la lección de Nazaret.

»Su primera lección es el silencio. Cómo deseáramos que se renovara y fortaleciera en nosotros el amor al silencio, este admirable e indispensable hábito del espíritu, tan necesario para nosotros, que estamos aturridos por tanto ruido, tanto tumulto, tantas voces de nuestra ruidosa y en extremo agitada vida moderna. Silencio de Nazaret enséñanos el recogimiento y la interioridad, enséñanos a estar siempre dispuestos a escuchar las buenas inspiraciones y la doctrina de los verdaderos maestros. Enséñanos la necesidad y el valor de una conveniente formación del estudio, de la meditación, de una vida interior intensa de la oración personal que solo Dios ve.

»Se nos ofrece además una lección de vida familiar. Que Nazaret nos enseñe el significado de la familia, su comunión de amor, su sencilla y austera belleza, su carácter sagrado e inviolable, lo dulce e irremplazable que es su pedagogía y lo fundamental e incomparable que es su función en el plano social.

»Finalmente, aquí se aprende también la lección del trabajo. Nazaret, la casa del hijo del artesano: cómo deseamos comprender más en este lugar la austera pero redentora ley del trabajo humano y exaltarla debidamente, restablecer la conciencia de su dignidad, de manera que fuera a todos patente; recordar aquí, bajo este techo, que el trabajo no puede ser un fin en sí mismo, y que su dignidad y la libertad para ejercerlo no provienen tan solo de sus motivos económicos, sino también de aquellos otros valores que lo encauzan hacia un fin más noble».

En el hogar familiar es, en efecto, donde mejor pueden padres e hijos aprender a vivir las virtudes, de manera especial la sobriedad. Recuerda san Gregorio Magno, en su *Regla pastoral*, que «quien tiene la misión de decir cosas grandes, está igualmente obligado a practicarlas». Vivir para enseñar. Y es necesario enseñar a vivir la sobriedad, tanto en casa como cuando salimos de viaje, en el trabajo o en vacaciones, en las fiestas o los espectáculos, en cualquier tipo de diversión. Son momentos muy apropiados para dar ejemplo de sobriedad, con serenidad, equilibrio y elegancia, evitando cualquier exceso. Del comportamiento sobrio se desprende el *bonus odor Christi*, el buen aroma que todo cristiano está llamado a difundir.

6. CONFIAR EN DIOS

La palabra confiar procede de la voz latina *confidere*. Significa creer en alguien por la seguridad que da, por la buena opinión que se tiene de él. En el caso de Dios, significa confiar en su palabra, a la que damos un crédito absoluto. Lo cual, por lo que se refiere al cristiano, implica renunciar a la propia autonomía, para buscar en Dios apoyo firme y duradero, poniendo a su disposición todo nuestro ser, el propio modo de pensar, amar y actuar. El Salmista lo expresa con estas palabras: «¡Tú eres mi seguridad, Yahvéh; en tus manos me confío, tú me salvarás, Yahvéh, Dios fiel!» (*Sal 31, 5-6*).

Cuanto somos y tenemos es expresión de la misericordia divina, firme sustento de nuestra confianza en el Señor. La creación entera proclama la gloria de su Creador. Pues es Él «quien cubre de nubes el cielo, el que dispensa lluvia a la tierra, llena de hierbas los montes y de plantas para uso del hombre, el que da el alimento al ganado, y a los polluelos del cuervo cuando graznan» (*Sal 147, 8-9*). Todo cuanto existe canta a una sola voz las maravillas divinas.

También el hombre debe unirse a ese canto por su especial semejanza con Dios. Él nos cuida con mimo, con amor de predilección. Esta es nuestra esperanza, para confiar en Dios como Padre en medio de los dolores y sufrimientos. Jesús nos anima a mirar a lo alto para ganar en confianza. «Mirad las aves del cielo, que no siembran, ni siegan, ni recogen en graneros y vuestro Padre celestial las alimenta [...] Contemplad cómo crecen los lirios del campo: no se fatigan ni hilan, y yo os digo que ni Salomón en toda su gloria se vistió como uno de ellos [...] No andéis inquietos diciendo: ¿qué comeremos o qué beberemos o con qué nos vestiremos? Bien sabe vuestro Padre que necesitáis de todos ellos [...] Buscad primero el reino de Dios y su justicia, que todo lo demás se os dará por añadidura» (*Mt 6, 26-34*).

¡Qué distinta sería nuestra vida si lo tuviéramos presente! Nos libraríamos de multitud de inquietudes y preocupaciones, seríamos felices y viviríamos llenos de esperanza. Pero, por desgracia, olvidamos fácilmente el amor que Dios nos tiene. Y al perder la confianza en Él, sentimos la imperiosa necesidad de asegurar el futuro. Algunos llegan a tener un miedo inmenso a lo que pueda depararles el porvenir, se llegan a sentir atenazados. Irreconciliable su actitud con la fe que como cristianos deberían tener en la Providencia divina. Se ha de confiar en Dios, como un Padre de inmensa bondad y ternura, que porque nos ama vela de continuo por cada uno. Y no solo como puede hacerlo un padre de la tierra, sino también como una madre. Es la imagen empleada por la Sagrada Escritura para expresar la misericordia y el consuelo divino. «Como a un niño a quien su madre consuela, así os consolaré Yo» (*Is 66, 13*). Y añade con palabras del mismo profeta: «¿Acaso puede olvidarse una madre de su criatura, no conmoverse por el hijo de sus entrañas? Pues aunque ella se olvide, yo no me olvidaré» (*49, 15*). Y sabemos que la palabra de Dios es verdadera, que jamás deja de cumplirse.

¿Miedo al futuro, desconfianza en la Providencia? Denotaría una fe floja y vacilante, una esperanza incierta, un amor tibio. En lugar de confiar en Dios y en su poder, confiaríamos en nuestras aptitudes y nuestras fuerzas. No puede extrañar que actuando así nos llenemos de miedos y temores, que se eternice nuestra desconfianza al ver que no

se cumplen nuestros planes. Y puede que aparezca la ofuscación y la rabia, el desencanto y la desesperanza. Y terminamos sin saber qué hacer o por dónde tirar. Aunque algunos, en su prepotencia, piensen que lo saben, E. Boylan, en su libro *El amor supremo*, comenta: «Lo que hace mayor la confusión es que creemos saberlo. Nosotros tenemos nuestros propios planes para alcanzar la felicidad, y a menudo decidimos mirar a Dios como alguien que puede ayudarnos para que se cumplan. Pero es justo al revés. Dios tiene sus planes para nuestra felicidad, y lo que espera es que le ayudemos a realizarlos. Ha de quedarnos por tanto bien claro que nosotros no podemos mejorar los planes de Dios» (vol II, p. 461).

Quien confía en Dios y en el poder de su gracia, puede comprobar que se le allana el camino y se disipan sus agobios. Si alguna vez estuviéramos tristes o preocupados, hagámonos esta pregunta: ¿Por qué causa no salen los planes como me los propuse? ¿Los veré hechos realidad alguna vez? ¿Qué sorpresas puede depararme el futuro? Son preguntas en las que, de modo implícito, reconocemos que solos nada podemos. Para que los planes se cumplan, es necesario contar con Dios, confiar en el poder de su gracia. Olvidar algo tan elemental lleva a darse de bruces contra la impotencia personal. Se ha de sacar experiencia del pasado. Aunque el futuro se vea como imprevisible e incierto, es preciso confiar en Dios, porque ocurra lo que ocurra, si estamos en sus manos, al final obtendremos más de lo que hubiéramos podido imaginar.

Dios sabe más. Y sabe por supuesto lo que más nos conviene. Nuestros planes no le pasan inadvertidos, como tampoco nuestros deseos e ilusiones. Espera simplemente que confiemos en Él, que le pidamos lo que necesitamos. De esta forma, sin dejar de poner los medios humanos, han de ponerse también los sobrenaturales. Con fe y generosidad. Si procedemos así es difícil que nos veamos arrastrados por el pesimismo o que nos vengamos abajo cuando no se cumplen los planes que hicimos.

Pueden alentarnos en esos momentos estas consoladoras palabras del *Sirácida*: «Fijaos en las generaciones pasadas y aprended: ¿Quién confió en el Señor y quedó defraudado? ¿Quién esperó en Él y fue abandonado? ¿Quién lo invocó y no fue escuchado? Porque el Señor es clemente y misericordioso, perdona los pecados y salva en tiempo de tribulación» (2, 11-13).

Ejercitar la fe

Sin la fe es imposible agradar a Dios. Necesitamos ejercitarnos en ella para encontrar fortaleza en la dificultad. Ejercitar la fe es imprescindible para situarse en la órbita divina; le facilitamos entonces al Señor que llegue donde nosotros no llegamos. De san Agustín es este sabio consejo: «Si dejas que Dios vaya delante, llegarás». Un ejercicio de fe práctica, de humildad y olvido de sí. El que confía en el Señor se siente audaz y optimista, capaz de superar con la gracia de Dios y su esfuerzo personal cualquier inquietud o preocupación.

La fe es roca firme, asiento seguro de la palabra viva de Dios. Y Él ha comprometido su palabra. «¿No valéis vosotros más que todas las aves del cielo...? ¡No os dará vuestro

Padre Dios todo lo que necesitáis?». De la fe en Dios procede la esperanza. A ella hemos de agarrarnos con fuerza en los momentos de apuro, cuando con más pertinacia aparecen las inquietudes y los agobios, cuando los problemas o las dificultades pueden parecer insolubles. Para el que vive de fe, todo tiene remedio, porque Dios, que lo puede todo, ha comprometido su palabra. Recordemos que le bastaron a Jesús solo cinco panes y dos peces para dar de comer a cinco mil hombres hambrientos. Como signo de sobriedad, mandó al final recoger las sobras que habían quedado: doce cestos llenos (*Jn 6, 9-13*). El Señor lo hace todo a lo grande con el fin de sanar nuestra incredulidad. De lo poco saca lo mucho, de la nada el universo entero. ¿Vamos a apocarnos sabiendo que el poder de Dios es inmenso?

No olvidemos que el Señor es el mismo ayer, hoy y siempre. Aunque nos abrumen los problemas, si vivimos de fe y somos humildes veremos maravillas. Son de gran consuelo estas palabras del profeta Jeremías: «Bendito el que confía en el Señor y pone en Él su confianza. Será como árbol plantado junto al agua, que extiende sus raíces a la corriente; no teme que llegue el estío, sus hojas permanecerán lozanas, no se inquietará en año de sequía, ni dejará de dar frutos» (17, 7-8).

Frutos abundantes recoge el que vive de fe y pone su confianza en el Señor. Robustecido su espíritu por la gracia, podrá plantar cara a la avaricia y a la envidia, superará la sed de poseer y el deseo inmoderado de placeres. Nada ni nadie podrá inquietarle. Es aleccionadora en este sentido la respuesta dada por Job ante las pruebas que sufrió. Como sabemos, Dios permitió que Satanás lo tentara: perdió sus cosechas y rebaños, sufrió la muerte de sus hijos, y él mismo experimentó en su cuerpo la más grave de las enfermedades de la época: la lepra. Aun así no se vino abajo. Postrado en tierra, exclama: «Desnudo salí del seno materno y desnudo volveré a él. Yahvéh me lo dio y Yahvéh me lo quitó. ¡Bendito sea el nombre de Yahvéh!» (1, 21). Su mujer y sus amigos no dejaban de echarle en cara que algo malo debía haber hecho para que Dios lo tratara de esa forma. Pero él no tenía conciencia de haberle ofendido. Era hombre justo y piadoso, vivía de fe, grande era su esperanza. Pasado el tiempo y superados sus males, Dios recompensó su fidelidad devolviéndole sus bienes.

A nosotros tampoco nos faltarán pruebas; más de una vez nos dolerá que no salgan nuestros planes, que se presente una enfermedad que no esperábamos o que nos quedemos sin empleo. Es el momento de mirar hacia lo alto. Para ejercitar la fe e identificarnos con la voluntad de Dios. Reza el dicho popular que «el hombre propone y Dios dispone». Esto exige agachar la cabeza y aceptar lo que Dios quiere, aunque no lo entendamos, aunque suframos o se nos salten las lágrimas. Es el momento de decir: «¡Bendito sea el nombre de Dios!». No como un grito de resignación, sino de fe y esperanza, de amor.

A pesar de todo, una cosa ha de quedar clara: que no por vivir de fe se nos puede garantizar que los planes o negocios alcancen el éxito deseado. No. Con éxito o sin él, lo que importa es aceptar la voluntad de Dios, con la convicción de que antes o después las cosas saldrán, y tal vez mejor de lo que esperábamos.

Garantía de esperanza

De la pequeñez saca Dios la grandeza, de la debilidad la fortaleza. ¿Qué puede hacer vacilar al que pone en el Señor su confianza? «¿La tribulación o la angustia, la persecución o el hambre, la desnudez, el peligro o la espada?». A lo que añade el Apóstol: «Sobre todas estas cosas triunfamos por Aquel que nos amó. Pues estoy convencido de que ni la muerte ni la vida, ni los ángeles ni los principados, ni lo presente ni lo futuro, ni las potestades, ni la altura ni la profundidad, ni criatura alguna podrá separarnos del amor de Dios que está en Cristo Jesús, Señor nuestro» (*Rom 8, 35-39*). El amor de Dios es el mayor don que podemos recibir. Nada ni nadie puede arrebatarnos la felicidad al que confía en Dios por encima de los bienes terrenos.

En el evangelio de san Mateo encontramos esta reflexión: «¿De qué le sirve al hombre ganar todo el mundo, si pierde su vida?» (*Mt 16, 26*). Una pregunta que movió al publicano Mateo a dejarlo todo para seguir al Maestro. Era hombre rico, no le faltaba de nada. Pero comprendió que había bienes más altos por los que valía la pena entregarlo todo, incluso hasta la misma vida. El hombre de fe, el que confía en Dios y vive de esperanza, no se preocupa por lo que comerá o vestirá. «Por todas estas cosas se afanan los gentiles [...] No os inquietéis por el día de mañana, pues el mañana tendrá su propia inquietud. A cada día le basta su contrariedad» (*Mt 6, 32-34*).

Supone una necedad preocuparse por lo que aún está por llegar. Lo sensato es confiar en Dios, vivir con intensidad el presente sin preocuparse por el mañana que no sabemos si llegará. El «hoy y ahora» es lo que importa, pues en palabras de san Agustín, «el presente pertenece al amor de Dios, el pasado a su misericordia y el futuro a su Providencia». Preocuparse por lo que aún no ha sucedido, aparte de ser inútil es fuente de continuas inquietudes y zozobras, por no saber ni cómo ni cuándo ocurrirán. Vivir en el presente, eso es lo sensato. Si vienen recuerdos del pasado, aprovechémoslos para sacar experiencia, y también para dar gracias a Dios y, si fuera el caso, para pedir perdón y empezar con más humildad.

Esperarlo todo de Dios. Es lo prudente, nos libraremos así de infinidad de inquietudes y preocupaciones. A la vez se ha de corresponder con esfuerzo, entre otras cosas aprovechando mejor el tiempo, poniendo los cinco sentidos en lo que se hace. La esperanza abre al futuro, nos permite contemplar las cosas con realismo y visión positiva y dar con la solución de los problemas. La desesperanza en cambio genera desconfianza, resta fuerzas, dispersa la mente y hace perder el verdadero sentido de la vida.

Consuelo en la dificultad

Nada puede hacer vacilar al que con fe busca su consuelo en Dios. No le faltará la alegría y buen humor, se mantendrá firme en la adversidad. Sabe que todo cuanto pueda ocurrirle es querido o al menos permitido por su Padre Dios, que siempre quiere lo mejor para sus hijos. No hay, por tanto, obstáculo o dificultad que no pueda superar con su ayuda. Le basta acudir a Él con humildad, con la confianza de que le dará lo que necesite, en especial cuando abunden los desconsuelos y sinsabores de la vida.

«Todo cuanto ocurre es para nuestro bien». Esto debe hacernos crecer ante la dificultad, aunque falten las fuerzas o se haya esfumado la ilusión. No hay descalabro o decepción que con la gracia de Dios no se pueda superar. Nos mantendremos fuertes y optimistas cuando, a pesar de las miserias personales, confiemos en Dios y en su misericordia, y miremos hacia delante con esperanza. Por oscuro que se presente el horizonte, hemos de recordar entonces: «Todo es posible para el que cree». Sí, aunque pueda ocurrirnos como al padre del epiléptico que tenía una fe floja y vacilante. Como él, tendremos que decir: «Señor, creo, pero ayuda mi incredulidad». Es una confesión que encierra un doble reconocimiento: de una parte, la propia limitación y miseria; de otra, la confianza plena en el poder de la gracia y en el consuelo divino.

Fe para confiar y esperanza para caminar con ilusión y alegría. Sabiendo que el consuelo viene del Señor, quien a pesar de nuestras miserias y limitaciones nos quiere con locura. Llenos de compunción, hemos de dejarnos abrazar por su inmenso amor y misericordia. Lo cual, en justa correspondencia, nos obliga a ser fieles, aun cuando contemos con innumerables defectos y miserias. Y una vez convertidos, podremos ayudar a muchos otros, parientes, amigos y conocidos, a buscar a Dios y a enseñarles a tratar a Jesucristo como Amigo.

Lo recuerda Benedicto XVI en la carta *Porta fidei*: «No podemos olvidar que muchas personas en nuestro contexto cultural, aun no reconociendo en ellos el don de la fe, buscan con sinceridad el sentido último y la verdad definitiva de su existencia y del mundo. Esta búsqueda es un auténtico preámbulo de la fe, porque conduce a las personas por el camino que lleva al misterio de Dios. La misma razón del hombre tiene inscrita la exigencia de lo que vale y permanece para siempre. Esta exigencia constituye una invitación permanente, inscrita indeleblemente en el corazón humano, es ponerse en camino para encontrar a Aquel que no buscaríamos si no hubiera ya venido. La fe nos invita y nos abre totalmente a este encuentro» (n. 10).

A este gran don se ha de responder con la búsqueda sincera y humilde de la verdad, mediante el cultivo de las virtudes, de modo especial de la sobriedad y la templanza. Además de recuperar la paz y la alegría, nos veremos libres de las ambiciones y codicias que pululan a nuestro alrededor sin cesar. Por medio de un diálogo abierto y confiado con nuestro Padre Dios podremos alcanzar uno de los mayores placeres que se pueden imaginar: el de ser libres. No con una libertad cualquiera, sino con aquella que se asienta sobre la verdad y el bien, la que es propia de los hijos de Dios. Una libertad que, si somos fieles, nos permitirá amar a Dios sobre todos los bienes de la tierra: con todo el corazón, con toda la mente y con todas las fuerzas.

Table of Content

PORTADA

PORTADA INTERIOR

CRÉDITOS

ÍNDICE

PRÓLOGO

PRIMERA PARTE

I. DESEOS DE DISFRUTAR

1. NACIDOS PARA SER FELICES

2. BONDAD DE LOS BIENES CREADOS

3. ATENCIÓN A LAS FALSAS DOCTRINAS

4. DISFRUTAR DE LO QUE SE TIENE

1. NACIDOS PARA SER FELICES

2. BONDAD DE LOS BIENES CREADOS

3. ATENCIÓN A LAS FALSAS DOCTRINAS

4. DISFRUTAR DE LO QUE SE TIENE

II. EN BUSCA DEL PLACER

1. ¿MIEDO AL PLACER?

2. EL PLACER ES UN MEDIO, NO UN FIN

3. LIBRES, NO ESCLAVOS

4. EL INFLUJO DE LAS PASIONES

1. ¿MIEDO AL PLACER?

2. EL PLACER ES UN MEDIO, NO UN FIN

3. LIBRES, NO ESCLAVOS

4. EL INFLUJO DE LAS PASIONES

III. CON EL RUMBO PERDIDO

1. EL «PORQUE ME APETECE»

2. SE GASTA POR CAPRICHOS

3. EL PELIGRO DE LA AVARICIA

1. EL «PORQUE ME APETECE»

2. SE GASTA POR CAPRICHOS

3. EL PELIGRO DE LA AVARICIA

SEGUNDA PARTE

IV. GRANDEZA DE LA TEMPLANZA

1. SIGNIFICADO DE ESTA VIRTUD

2. UNA VIRTUD QUE ENRIQUECE

3. ¿SE OPONEN PLACER Y TEMPLANZA?

4. FRUTOS DE LA TEMPLANZA

5. CONTENTARSE CON LO QUE BASTA

1. SIGNIFICADO DE ESTA VIRTUD

2. UNA VIRTUD QUE ENRIQUECE

3. ¿SE OPONEN PLACER Y TEMPLANZA?

4. FRUTOS DE LA TEMPLANZA

5. CONTENTARSE CON LO QUE BASTA

V. NADAR A CONTRACORRIENTE

1. PARÁBOLA DE LAS DOS SENDAS

2. APRENDER A DOMINARSE

3. PROPONERSE METAS CONCRETAS

4. SIN MIEDO AL DOLOR

1. PARÁBOLA DE LAS DOS SENDAS

2. APRENDER A DOMINARSE

3. PROPONERSE METAS CONCRETAS

4. SIN MIEDO AL DOLOR

VI. LIBRES DE ATADURAS

1. APRENDER DEL MAESTRO

2. DESPRENDIMIENTO REAL

3. NO CREARSE NECESIDADES

4. CULTIVAR LA SOBRIEDAD

5. COMENZAR POR EL PROPIO HOGAR

6. CONFIAR EN DIOS

1. APRENDER DEL MAESTRO

2. DESPRENDIMIENTO REAL

3. NO CREARSE NECESIDADES

4. CULTIVAR LA SOBRIEDAD

5. COMENZAR POR EL PROPIO HOGAR

6. CONFIAR EN DIOS

Índice

PORTADA INTERIOR	2
CRÉDITOS	3
ÍNDICE	4
PRÓLOGO	5
PRIMERA PARTE	8
I. DESEOS DE DISFRUTAR	9
1. NACIDOS PARA SER FELICES	9
2. BONDAD DE LOS BIENES CREADOS	15
3. ATENCIÓN A LAS FALSAS DOCTRINAS	19
4. DISFRUTAR DE LO QUE SE TIENE	21
II. EN BUSCA DEL PLACER	30
1. ¿MIEDO AL PLACER?	30
2. EL PLACER ES UN MEDIO, NO UN FIN	31
3. LIBRES, NO ESCLAVOS	35
4. EL INFLUJO DE LAS PASIONES	42
III. CON EL RUMBO PERDIDO	50
1. EL «PORQUE ME APETECE»	50
2. SE GASTA POR CAPRICHOS	55
3. EL PELIGRO DE LA AVARICIA	59
SEGUNDA PARTE	65
IV. GRANDEZA DE LA TEMPLANZA	66
1. SIGNIFICADO DE ESTA VIRTUD	66
2. UNA VIRTUD QUE ENRIQUECE	68
3. ¿SE OPONEN PLACER Y TEMPLANZA?	69
4. FRUTOS DE LA TEMPLANZA	70
5. CONTENTARSE CON LO QUE BASTA	74
V. NADAR A CONTRACORRIENTE	83
1. PARÁBOLA DE LAS DOS SENDAS	83
2. APRENDER A DOMINARSE	87
3. PROPONERSE METAS CONCRETAS	92
4. SIN MIEDO AL DOLOR	99
VI. LIBRES DE ATADURAS	105

1. APRENDER DEL MAESTRO	105
2. DESPRENDIMIENTO REAL	107
3. NO CREARSE NECESIDADES	109
4. CULTIVAR LA SOBRIEDAD	111
5. COMENZAR POR EL PROPIO HOGAR	113
6. CONFIAR EN DIOS	115